سب قومون کے لوگون

جہانکہ نئے علم شفا بخشی کے ذریعہ سے

۱۵-۱۷ و ۲۳ — ۲۲

۱۰ اکتوبر سنہ ۱۸۸۳ع کو قایم ہو

by Kailasachandra

Press, Moradabad

لوئی کوهی

انڈین پریس الہ آباد

جرمن زبان مین ساتوین بار کی طبع کے متعلق

دیباچہ

چھٹی بار کی طبع کے بعد چھ ہی ماہ گزرے ہونگے جب کہ مانگ اس کتاب کی اسقدر زیادہ ہوئی کہ ساتوین بار اسکا شائع کرنا ضروری ہوا۔ اس سے زیادہ بڑا ثمرہ میری تقدیر مین نہین ہوسکتا تھا۔ کیونکہ اس کتاب کے جلد جلد پھیلنے سے معلوم ہوتا ہے کہ میری دریافت کی ہوئین باتون یعنی امراض کے متحدالاصل ہونے اور سائینس آف فیشیل اکسپریشن نے دنیا کے تمام حصون مین پختہ بنیاد قایم کرلی ہے + یہی میرا مقصد اس کتاب کے لکھنے کا تھا۔ اور مین خیال کرتا ہون کہ کسی شخص کی خواہش بہت ہی کم ایسی کامل طور سے پوری ہوئی ہوگی +۔ کرۂ زمین کے ہر خطہ سے میرے پاس روزانہ جوش سے بھرے ہوئے خطوط آتے ہین جنھون نے مجھے یہ بات بمقابلہ اور کسی بات کے زیادہ صاف طور سے بتلادی کہ وہ تشریحات متعلق معالجہ جو میری کتاب مین مندرج ہین کس طور سے احباب کا ایک ہمیشہ بڑھتا ہوا دائرہ بنا رہی ہین +

یہ بات لوگ مشکل سے خیال مین لائین گے کہ کس قدر بے حد دشوار کسی ایسے شخص کا ملنا ہوگیا تھا جو کہ میرے نئے اصولون کے سمجھنے کی قابلیت رکھتا ہو + بڑی محنت کا کام اور

قریب قریب ایسا ہو کہ مغلوب نہو سکے۔ مین کرچکا ہون + آج کے دن سب باتین تبدیل ہوگئی ہین۔ ہر مقام پر یہ **نیا علم شفا بخشی** بطور مونس کے قبول فرمایا جاتا ہے بجز چند شکّی اور دیگر اُن لوگون کے جو یہ یقین کرتے ہین کہ وہ ہر شے کو دوسرے شخص کے مقابل مین زیادہ اچھا جانتے ہین۔ اور جو میرے طریق علاج کی عملی طور سے آزمایش کرنا فضول امر سمجھتے ہین + مین امید کرتا ہون کہ ایسے لوگ اپنی مخالفت میرے مقابل مین جاری رکھین گے + جیسا کہ تجربہ نے ثابت کردیا ہے۔ دوامی طور سے میرے معاملہ کو وہ نقصان نہین پہنچا سکتے ہین تا بلکہ میرے اصول بیان کرنے مین اُن سے مجھے کمک مدد نہین ملتی + لیکن کامیابی کے ساتھ ہی حسد و حرص اور اُس چیز کو جو کہ بیش قیمت معلوم ہوچکی ہے اپنا بنا لینے کی کوشش بھی ہمکو ہمیشہ موجود نظر آتی ہے + ایسا ہی اُن باتون کا حال ہے جنکی مین تعلیم دیتا ہون مین دیکھتا ہون کہ مختلف مقامات مین وہ چیز جو کہ مینے اسقدر محنت اور تکلیف کے ساتھ حاصل کی تھی علانیہ طور سے بہت اطمینان کے ساتھ چورائی جاتی ہے +

ایک موقع پر ایک پروفیسر اور شاہی حکیم نے بھی میرے عام لیکچرون مین سے جو کہ مین نے دس سال ہوئے دئے تھے لفظ بلفظ پورے مقالے بھی چھاپنے مین اور اُس کو علانیہ طور سے اپنے ہی دماغ سے نکلی ہوئی بات ظاہر کرنے مین دریغ نہ کیا +

اصل بات یہ ہے کہ میرے مخالفین ہر مقام پر اس امر کی کوشش کرتے ہوئے معلوم ہوتے ہین کہ مجھے اپنی معلومات سے محروم کرین + یہ بات صاف معلوم ہوتی ہے کہ اُن لوگون کو وہ روشنی جو کہ میری چھوٹی کتاب نے پھیلائی ہے ناگوار معلوم ہونے لگی ہے + بس مین اَور بھی زیادہ اُن عنایت فرماؤن کا مشکور ہون جو کہ متواتر نقصان اوٹھا کر میری اُن باتون کے اَور زیادہ پھیلانے

ہین جو کہ مین سکھلاتا ہون امداد پہنچا رہے ہین + مین ان سے التجا کرتا ہون کہ وہ اپنی امداد کو میرے سہارے کے لئے جاری رکھین تاکہ اس نئے علم شفا بخشی کے مساوی حقوق اور اپنے آپ پر بھروسہ کے قابل ہونا لوگ زیادہ زیادہ صاف طور سے سمجھنے لگین +

بیشک بہت سے غیر ملک کے لوگون کو یہ بات بہت دلچسپ معلوم ہوگی کہ میری اس کتاب اس وقت تک پچیس زبانون مین شائع ہو چکی ہے یعنی جرمن - انگریزی - فرانسیسی - اسپین کی زبان - پرتگال کی زبان - ڈچ - اٹیلین - روسی - ڈنمارک کی زبان - سوئٹزرلینڈ کی زبان - ناروے کی زبان - روماتیا - ہنگیرین - پولینڈ کی زبان - بوہیمیا کی زبان - کروٹین - سروین - یونانی - ترکی زبان - آرمینیا - ملایا کی زبان - ٹیلیگو - تامیل - اردو - ہندوستانی یعنی ہند کی بول چال -

لوگون کی بہت بڑھی ہوئی خواہش کے پورا کرنے کے لئے مینے اس کتاب مین چند تصاویر متعلق سائنس آف فیشل اکسپرشن اور ایزاد کردی ہین +

اب مجھے امید ہے کہ یہ نئی طبع اوسی قدر مفید ثابت ہوگی جسقدر کہ اسکے پیشتر کی طبعات مفید ثابت ہو چکی ہین اور یہ کہ علم علاج کے متعلق اسکے بیانات دنیا کے ہر گوشہ مین پہونچین گے +

نمبر ۲۴ - فلاس پلیٹز لوئی کوہنی

زبان جرمن مین پچاسوین[۵۰] بار کی طبع کے متعلق

دیباچہ

اُنچاس[۴۹] بار میری دستی کتاب جلد جلد یکے بادیگرے شائع ہو چکی ہے۔ اور اب پچاسوین[۵۰] بار کی طبع جو کہ بخوبی دوہرائی گئی ہے اور بہت بڑھائی گئی ہے شائع کی جاتی ہی۔ پبلک کے ایک بڑے حصّہ کی خواہش پورا کرنے کے لئے جس کو کہ میری معلومات یعنی مسالہ وحدانیت امراض و سائنس آف فیشل ایکسپریشن مین کامل یقین ہے۔ موجودہ کتاب شائع کی گئی ہی + یہ نئی طبع اس خیال سے شائع کیجاتی ہے کہ اس نئے علم شفابخشی کے صحیح طور سے سمجھنے کے لئے نئے راستے کھول دئے جاوین۔ میرا نئے احباب مین نئے نئے مرید شامل کئے جاوین اور اُس روشنی کے پھیلانے مین امداد کی جاوے۔ جو کہ ایک نہ ایکدن اُس تاریکی مین ہر جگہ ضرور داخل ہوگی جو کہ نیچر کے مقررہ ولازوال قوانین کو اسوقت تک تاریکی مین رکھے ہوئے ہے +

چند ایسے باب مین جو کہ مضمون پر پورے طور سے حاوی ہین۔ مینے یہ بات سمجھائی ہے کہ تمام امراض خواہ اُنکے نام کچھ ہی کیون نہون ہمیشہ ایک ہی سبب سے پیدا ہوتے ہین + اس موقع پر پھر وہی اُصول چسپان ہوتا ہے جو کہ مین سرشٹی (دنیا) کی وحدانیت کے متعلق سکھلاتا ہون جو کچھ کہ انسان اور جو کچھ کہ پرانے مدرسہ طبابت کے شاگردان لفظ "امراض" سے مطلب سمجھتے ہین وہ سب میری تحقیقات کے موافق صرف ایک ہی نقطہ پر جاکر اس طور سے اکٹھا ہوتے ہین جیسے کہ دائرہ کے اندر ایک مرکز پر بہت سے نصف قطر۔ یعنی صرف ایک ہی مرض مین +

تمام وہ باتین جو کہ مرض کہلاتی ہین محض مختلف شکلین اور مختلف حالتین ہین جو کہ بیرونی حالت بین مختلف طرح سے اپنے آپ کو ظاہر کرتی ہین لیکن کسی طور سے ایک دوسرے سے علیحدہ نہین ہین۔ یعنی ہر ایک اونمین سے بذاتِ خود مرض نہین ہے + اس واقعہ کو مدنظر رکھنے کے بعد بیماری کی سیکڑون حالتون کا شمار کرنا بالکل فضول ہے + باوجود اس بات کے اگر کتاب ہذا کے اندر مین اُن امراض کا بیان بعض بعض کو یکجائی کر کے علیحدہ علیحدہ کردن تو اوسکی خاص وجہ یہ ہوگی کہ ایسا کرنے سے ناظرین مضمون کو بیشک بہت جلد سمجھ لینگے+ امراض کے معمولی نام سے جو کہ اطبا نے تجویز کر دیئے ہین۔ لوگ واقف ہو گئے ہین اور آسانی سے اُنکو چھوڑ نہین سکتے +لیکن درحقیقت میرا طریقہ علاج اندرونی و بیرونی اعضا کے امراض خاص کی نسبت کچھ بھی نہین جانتا۔ نہ یہ ڈاکٹرون کے موافق بڑے بڑے اور مشکل لاطینی زبان کے الفاظ کی کچھ واقفیت رکھتا ہے + برخلاف اسکے اسکی بنیاد امراض کی وحدانیت کے لاازلی (گوکہ اس وقت تک بے جانے ہوے) قانون کے پہچاننے اور اُسکے صحیح طور سے عمل مین لانے پر رکھی ہوئی ہے +

بھاپ کے زور سے چلنے والے انجن مین ہمیشہ ترقی کرنے کا موقع موجود ہے۔ لیکن خود بھاپ کی قوت مین ایسی ترقی نہین ہوسکتی + میرے طریق علاج کی بھی یہی کیفیت ہے + اسکی جڑ کو صدمہ نہین پہونچ سکتا۔ زیادہ سے زیادہ اسکے طریقے مین ترمیم شاید ہو جاوے + نیچر کے قانون مذکورہ (جو کہ دائمی ہے گو کہ اسوقت تک معلوم نہین تھا) کے معلوم ہو جانے سے سب امراض مین آخر حق روشنی پھیل گئی ہے + جبکہ سورج نکل آتا ہے اور بمقابلہ چراغ نا قص ٹمٹماتے روشنی کے بہت زیادہ تیز روشنی پھیلا دیتا ہے تو ہمکو بستی کے اندر ہزارون مختلف قسمون کے چراغون کی ضرورت باقی نہین رہتی۔ ایسے ہی اس نئے علم شفا بخشی کے

ناہران کو مدرسۂ حکمت قدیم کے مجوزہ ادویات وامراض کے ہزارہا ناموں کی بھی ضرورت باقی نہیں رہ جاتی + جیسا کہ تجربہ سے واضح ہوتا ہے ان تمام امراض کو صرف ایک ہی طریقہ سے بہ نسبت ڈاکٹروں کی تمام مختلف ادویات کے بہت زیادہ جلد اور بلاشبہ آرام ہوجاتا ہے +

ہر جگہ جہاں کہ مرض کے متعلق میرا دریافت کیا ہوا علم پہونچا ہے - اور مجھے خوشی ہے کہ یہ تمام دنیا میں پہنچ گیا ہے - وہاں اسکی سچائی (ثابت کرنے) کے لیئے نئے نئے راستے نکلتے آتے ہین + بہت سی باتین جو کہ زمانہ سابق مین ایسی بتلائی جاتی تھین کہ اُن مین فرق آہی نہین سکتا ہے - مجھے اکثر نامنظور کردینا پڑین + مجھے اکثر ایسے اصولون سے اختلاف کرنا پڑا ہے جو کہ اصلی خیال کئے جاتے تھے اور میری دریافتین صحیح ثابت ہوئی ہین - جنکی تائید کہ اُن یقینی شہادتون سے ہوتی ہے جو کہ میرے مطب مین روزانہ واقع ہوتی ہین + پس میرا اصول ایک ایسی بنیاد پر قایم ہے جس سے اُس کو ہٹانے کی کوشش کرنا فضول ہے +

اسکے شاہد وہ ہزارون آدمی ہین جنکی مقبوضہ نعمت عظمیٰ یعنی تندرستی اس میرے طریق علاج پر عمل کرنے سے قایم رہی ہے + میری باتون کی صریح سچائی کے بارے مین نئی نئی شہادتین روز بروز اکھٹی ہوتی جاتی ہین - پس مین اپنی طبیعت مین فخریہ اس بات کو سمجھ سکتا ہون کہ میرے طریق علاج کا اب آیندہ کامیاب ہونا یقینی ہوگیا +

ہر ایک بات جو کہ عجیب و غریب ہوتی ہے ابتدا مین اسکی مخالفت ضرور ہوا کرتی ہے اور یہی حال میرے اس نئے طریق علاج کا بھی ہوا ہے کہ جیسا زمانہ گزرتا گیا ہے اتنا ہی یہ ترقی کرتا رہا ہے اور وسیع ہوتا گیا ہے + علاوہ ازین اس موقع پر ایک محض "معمولی[1] شخص" ہے جس کی

نوٹ [1] مراد ہے خود موجد سے یعنی ڈاکٹر کوہنی سے جو کہ اصل مین کوئی سندیافتہ ڈاکٹر نہین ہین +

تحقیقاتین نئی ہین - خیالات نئے ہین - اصول نئے ہین - جو بہت سی فضول باتون کو ترک کر کے اور اکثر ان باتون کو جنکی جڑ کہ عرصہ سے بہت گہری پہونچ گئی ہے راستہ سے ہٹا کے معالجات کے محفوظ سید انون مین مداخلت کرتا ہے + لیکن میرے مخالفین نے جو طریقے اختیار کیئے وہ ایسے برے اور ناپاک تھے کہ شروع ہی سے وہ خود ہی الزام لگائے جانے کے قابل تھے + ان شفایابیون سے جو اکثر ان مریضون کی حالتون مین - جن کو کہ پرانے اطبّا نے جواب دیدیا تھا - میرے طریق علاج نے دکھلائی ہین - اس علاج کے کارآمد ہونے کا ایک بہت بڑا یقینی ثبوت بمقابلہ کسی علمی مناظرہ کے حاصل ہوتا ہے + اگر مینے اس وقت تک جب تک کہ "مقررہ سند یافتہ" قایم مقامانِ سائنس میری ان سکھائی ہوئی باتونکی صحت کو آکر تسلیم نہ کرتے اور اس نئے راستے پر ترقی کرنے کی رپورٹ نہ دیتے - انتظار کیا ہوتا تو مین اپنی تمام عمر بھی کبھی ایک قدم آگے نہ بڑھا ہوتا + مگر اب ان کامیاب شفایابیون کا جو کہ اس علاج نے حاصل کی ہین شکریہ ادا کیا جاتا ہے کہ میرے طریق علاج نے روے زمین پر ہر حصّہ مین تعریف اور نیکنامی کے ساتھ اپنا راستہ نکال لیا ہے - نیز ہر درجہ کے لوگون مین یعنی شہنشاہون بادشاہون اور دیگر ذی رتبہ لوگون سے لگا کر ادنےٰ درجہ کے لوگون تک ہزارون دکھیون کے لئے جو کہ میرے کارخانہ مین آتے ہین اسنے وہ شفا عطا کی ہے جس کے لئے کہ وہ لوگ ہائے ہائے کر رہے تھے - ان مین منجملہ دیگر اشخاص کے افریقہ کے شمالی حصہ کے رہنے والے اشخاص بھی جو کہ موررز کہلاتے ہین شامل ہین +

اس کامیابی کی وجہ یہ ہے کہ میرا طریق علاج قوانین قدرت پر مبنی ہے اور ترقی کر کے ایک نیا سائنس (علم) ہوگیا ہے جسکی تردید اب نہین کی جاسکتی +

موجودہ کتاب کی جو کہ ابتک پچیس زبانون مین ترجمہ ہو چکی ہے غرض یہ ہی ہے کہ :-

جسم انسان کے عوارض کی فوراً تشخیص کرلے۔ اِن عوارض سے محفوظ رکھے۔ قدرتی قانون کی (جسکا ذکر کہ ہوچکا ہے) نسبت۔ بامداد کامل شہادتون کے۔ سچائی کا اعلان کرے + جس سے کہ امراض کے شفا کرنے اور صحیح طریق مین زندگی بسر کرنے کا معقول طریقہ سمجھ مین آتا ہے۔ اور انجام کار۔ اس **نئے علم شفا بخشی کے بذات خود کافی ہونے کے** علم کو زیادہ تر عوام مین پھیلا دے +

تمام اُن لوگون کے لئے جو کہ اُس قدرتی کارروائی کو جو کہ ہمارے گرد وپیش عمل مین آتی ہے دیکھ کر مدد ومشورہ کے طالب ہوتے ہین۔ یہ کتاب بطور ایک اُستاد۔ رہنما۔ اور مشیر کے تجویز کی گئی ہے + مَین سچّے دل سے امید کرتا ہون کہ میری اِس کتاب کی غرض پورے طور سے حاصل ہوگی اور یہ کتاب دُکھی انسان کے لئے اپنے آپ کو ایک سچّی نعمت ہونا ثابت کرے گی +

نمبر ۲۴۔ فلاس پلیٹز۔ لیپزگ۔ یکم اپریل ۱۸۹۹ء

لوئی کوہنی

ضروری التماس از جانب مترجم

(متعلق طبع اوّل)

حضرات ناظرین : یہ کتاب موسومہ " دی نیو سائنس آف ہیلنگ " یعنی نیا علم شفا بخشی جسکا ترجمہ اس احقر نے زبان انگریزی سے اُردو مین کیا ہے دراصل زبان جرمن مین مرتب ہوئی تھی ۔ اسکے مصنف اور اس علم کے موجد لوئی کوہنی صاحب اُسی ملک جرمنی کے عالمون مین سے ہین جہانکہ فی زمانہ مشرقی علوم وفنون کی روشنی کا مرکز ہے اور جہانکہ علم سنسکرت خصوصًا وید مقدس و سنسکرت فلاسفی کا بہت کچھ پرکاشس ہے + یہ نیا علم شفا بخشی مصنف کی خاص دریافت ہے + اس کتاب مین مصنف نے یہ امر ثابت کر دکھلایا ہے کہ جملہ امراض ایک ہی طریق سے پیدا ہوتے ہین بلکہ ایک ہی ہین اور اونکا علاج بھی ایک ہی طریقہ سے ہے + جس خوبی کے ساتھ کہ امورات مذکورہ کو مصنف نے دلائل عقلی و تجربات عملی سے ثابت کر دکھایا ہے وہ بے نظیر ہے ۔ اور پڑھنے والون کے دل مین اُسکی رائے سے مخالفت کرنیکا کوئی موقع نہین رہ جاتا ہے +

فی زماننا ہم دیکھتے ہین کہ کسقدر کم لوگ اُن علوم کو پڑھتے ہین جن سے کہ تندرستی قایم

رکھنے میں مدد ملے اور جن سے کہ گئی ہوئی تندرستی پھر حاصل ہو سکے + قریب قریب ننیانوے ۹۹ فیصدی بلکہ اس سے بھی زائد حصہ ہی انسان کا اپنی گئی ہوئی تندرستی حاصل کرنے کے لئے اوروں سے امداد کا متلاشی رہتا ہے۔ حالانکہ تندرستی حاصل کرنے کے وسایل نیچر میں بہت افراط سے ملتے ہیں اور اُن سے انسان خود ہی کام لے سکتا ہے + آجکل امراض کا علاج بذریعہ ادویات ایسا گران ہو گیا ہے اور ہوتا جاتا ہے کہ معمولی درجہ کے لوگ اُس سے فائدہ اوٹھانا دشوار سمجھتے ہیں اور ایسے کتنے اشخاص ہیں جو کہ گرانی علاج کی وجہ سے کچھہ پس انداز نہیں کر سکتے اور ہمیشہ مفلس بنے رہتے ہیں +

نیچر نے تندرستی قایم رکھنے کے لئے۔ نیز تندرستی حاصل کرنے کے لئے۔ ہمکو اوسی قدر افراط سے چیزیں مہیا کی ہیں جسقدر کہ زندگی قایم رکھنے کے لئے ہیں۔ مثلاً اربعہ عناصر جس قدر کہ زندگی قایم رکھنے کے لئے ضروری ہیں اوسیقدر گئی ہوئی تندرستی حاصل کرنے کے لئے بھی ضروری ہیں + وہی علاج قدرتی علاج سمجھا جاے گا جو کہ ہمکو علاج کے ذرائع اوسی کثرت اور ارزانی کے ساتھ مہیا کرے جس ارزانی اور کثرت کے ساتھ نیچر اربعہ عناصر یعنی خاک - باد - آب - آتش مہیا کرتی ہے + وہ علاج جس میں کہ انسان کو دوسروں کی مدد کی زیادہ ضرورت ہووے اور جو کہ ہر شخص بذات خود نہ سمجھ سکے نکر سکے ضرور قدرتی علاج نہیں ہے + جس قدر کہ آسانی کسی علاج کے کرنے میں انسان کو ہو سکتی ہے اوسی قدر زیادہ اشخاص اُس سے فائدہ اوٹھاوینگے + اربعہ عناصر جو کہ زندگی کے وجود کے لئے لازمی ہیں ہر جگہ انسان کو کافی مقدار میں اور سب سے کم صرف کے ساتھ مل سکتے ہیں۔ اگر کسی جگہ یہ نہ ملیں تو وہاں انسان کی زندگی ہی خطرے میں ہے۔ تندرستی قایم رکھنے اور حاصل کرنے کا تو سوال ہی نہیں ہو سکتا +

یہ نیا علم شفا بخشی امراض کا علاج اربعہ عناصر سے ہی کرتا ہے۔ خاص کر پانی سے؛ پانی کا بھی استعمال اندرونی نہیں بلکہ بطور غسل کے اور غسل بھی بقدر کم یعنی صرف چار قسم کے اور ایسے آسان کہ ہر شخص انکو خود کر سکتا ہے + کیا وہ شخص جو کہ اس حالت مین ہو جاوے کہ اپنی موجودہ تندرستی کو قایم رکھ سکے اور گئی ہوئی صحت کو پھر حاصل کر سکے اپنے کو بڑا خوش قسمت نہ کہے گا؟ اس کتاب کے پڑھنے سے اور اُسکے مطابق عمل کرنے سے ہر شخص خواہ کیسی ہی ناقص تندرستی کیوں نہ رکھتا ہو اپنے کو ایسا خوش قسمت بنانے کی امید کر سکتا ہے +

اس علاج مین بہ مقابلہ علاج ہاے مروجہ کے منجملہ بہت سے نفعوں کے ذیل کے نفعے بہت ضروری ہین۔

نمبر ۱ تشخیص مرض کی ضرورت ہی نہیں اور وہ خطرہ جو کہ غلط تشخیص پر غلط علاج سے ہوتا ہے موجود ہی نہیں +

نمبر ۲۔ اس مین دوا کا اندرونی استعمال ہی نہین جسمین کہ اگر دوا صحیح نہین دیگئی ہے تو نقصان بھی عظیم کرتی ہے +

نمبر ۳۔ اس مین وہ خطرہ نہین ہے جو کہ نسخہ جات ادویات کے مرتب کرنے مین کمپونڈرون کی غلطی سے ہو جایا کرتا ہے اور نہ اس مین وہ خطرے ہین جو کہ نسخہ جات کی تحریر مین حکما اور ڈاکٹروں سے بعض اوقات کسی زہریلی دوا کی مقدار خوراک کے لکھنے مین عمل مین آتے ہین جس کی مثال ہر شخص کو سننے یا دیکھنے کا موقع ضرور ملا ہوگا +

نمبر ۴۔ اس مین وہ بھی خطرہ نہین جو کہ مریضون کو ایک پڑیا یا شیشی کی بجاے دھوکے مین کسی سم قاتل کی پڑیا یا شیشی سے دوا لے لینے مین ہوتا ہے جسکی مثالین حکماے معالج کو بہت ملی ہونگی +

نمبر ۵۔ اس مین کسی چیر پھاڑ یعنی عمل جراحی کی مطلق ضرورت نہین۔ نہ اُس سمیت کا اندیشہ ہے جو کہ بسا اوقات مریض کو یا مریض کو اوزارون سے بعض اوقات (باوجود ہر قسم کی احتیاط کامل کے)

پہونچ جانے کا ہوتا ہے جس سے کہ بہت جلد موت واقع ہو جاتی ہے +

نمبر ۶- حکماء و ڈاکٹرون کی فیس- ادویات کی قیمت- پیشہ ورون و کمپونڈرون کی خوشامد سے یہان کچھ سروکار نہین +

نمبر ۷- علاوہ قیمتی ادویات سے بچت کے بیشمار قیمتی اغذیہ سے بھی یہان سروکار نہین وہ غذائین جو کہ ہر شخص کو اُسکے ملک مین بکثرت مہیا ہو سکتی ہین یعنی قدرتی غذاؤن سے سروکار رہتا ہے +

نمبر ۸- خصوصًا اُن لوگون کے لئے بھی جو کہ مذہبًا شب مین کوئی دوا نہین کھاتے مثلًا جین مت کے معتقدین- یہ علاج پورا پورا مونس و غمخوار ہے- کیونکہ اس مین پانی کے محض بیرونی استعمال سے ہی ہر مرض کا یکسان طریق سے علاج کیا جاتا ہے +

نمبر ۹- عورات کے متعلق ہر قسم کے ناگوار امتحانات مقامی کی اس طریق علاج کے لئے کچھ بھی ضرورت نہین +

نمبر ۱۰- بچون کے لئے جو کہ اپنا حال نہین کہہ سکتے اور جنکے امراض کا تشخیص کرنا زیادہ مشکل ہے یہ اور بھی زیادہ نافع ہے +

نمبر ۱۱- یہ علاج ایسا آسان ہے کہ تھوڑی پڑھی ہوئی عورات کتاب کو پڑھکر اور ناخواندہ عورات شخص دوسرونکے بتلانے سے خود اپنی اور اپنے بچون و کنبے والون کی حالت مین کامیابی کے ساتھ کر سکتی ہین +

اس احقر کو اس علاج باکمال سے واقف ہوئے عرصہ دس سال کا ہوا- اس زمانہ مین ہمکو عملی طور سے خود اپنی حالت مین و اپنے تین چار ماہ سے لیکر چودہ سال کے بچون کی حالت مین و اپنے عزیز و احباب کی حالت مین- مختلف امراض مین آزمانے کا موقع ملا- اس آزمایش سے

ثابت ہوگیا کہ تمام امراض خواہ اونکے نام کچھ ہی کیون نہون ایک ہی طریق علاج سے یعنی اس پانی کے علاج سے بشرطیکہ علاج سمجھ کر کیا جاوے اور غذا کے متعلق پرہیز کیا جاوے صحت پا سکتے ہین + گو مجکو ہر مرض کے متعلق علاج کا موقع نہین ملا مگر ایسے ایسے امراض کے علاج کا موقع ملا ہی جو کہ لاعلاج خیال کئے جاتے ہین اور اس طریق علاج سے اونکو شفا ہوگئی +

جبکہ تجربہ سے اس علاج کے ذریعہ سے دمہ - بڑھی ہوئی طحال - بخار - سرفہ - بگڑا ہوا زکام - بچون کا فالج - آتشک کہنہ - سوزاک - کان کا بہنا - درد گردہ - کانون مین جھنجناہٹ - اعضا شکنی جریان - ذیابیطس - بڑھی ہوئی ذیابیطس - اسہال - ڈبہ یا پسلی کا چلنا یعنی کیلیڈی بران کا ٹیس آشوب چشم - آنکھون کے رو ہے جلد صحت پا چکے ہین تو میرا یہ کہنا کہ جب یہ علاج ایسے ایک دوسرے سے مختلف و متضاد امراض و بعض لاعلاج امراض مین صحیح ثابت ہوا ہے تو ضرور دیگر بیماریون مین بھی صحیح ثابت ہوگا - کچھ بیجا نہین ہی - خاصکر جبکہ موجد نے صدہا شخصکے دیگر امراض مین تجربہ کر کے اسکو صحیح پایا ہے - اور امراض مذکورہ مین اپنے تجربہ سے موجد کی تحریر کی صداقت مجھے مل چکی ہے

اس تجربہ سے مجھے ترغیب ہوئی کہ اس کتاب کو ایسی زبان مین ترجمہ کیا جاوے جس سے کہ عوام اس سے فائدہ اوٹھا سکین - پس مین نے ڈاکٹر کوہنی صاحب سے اجازت چاہی جو کہ اونھون نے مجھے اپنی اسی دریا دلی سے عطا کی جس دریا دلی سے کہ اونھون نے اپنی اس دریافت کو عوام کے نفع کے لئے ظاہر کیا ہے +

چنانچہ مینے اپنی استعداد کے موافق جسقدر ہو سکا ہے سلیس اردو مین اسکا ترجمہ کیا ہے اور اس غرض کے لئے کہ اس سے لوگ نفع جلد اوٹھاوین - ایک بڑی جلد کی بجاے تین جلدین کر دی مین تا اول جلد طیار ہونے پر عوام کے ہاتھ مین پہنچ سکے اور تا وقتیکہ دوسری تیسری جلدین طیار ہون اس طرح سے عام لوگ واقفیت حاصل کر سکین - مین نے اس کتاب مین فٹ نوٹ بھی

دئے ہین جہان جہان کہ ضروری سمجھے گئے ہین اور اپنے نزدیک کوئی بات ایسی نہین چھوڑی ہے جو کہ کتاب کے سمجھنے کے لئے ضروری معلوم ہوئی +

مجھے امید ہے کہ ہر مرتبہ کے زن و مرد اس کتاب اور اس علم علاج سے یکسان ہی فائدہ اوٹھاوینگے۔ عورات مین اسکی تعلیم خصوصًا یون نافع ہے کہ وے اس علم سے واقفیت حاصل کرکے اپنی تندرستی قایم رکھ سکین گی۔ اولاد تندرست پیدا کر سکین گی۔ اور بیمار اولاد کو تندرست بنا دینے کی حالت مین ہوجاوینگی۔ اور پس اونکے ذریعہ سے قوم کی قوم حالت تندرستی مین ہو سکے گی اور مردون کا وہ بہت بڑا حصہ وقت اور سرمایہ جو کہ بچون کی بیماری مین صرف ہوتا ہے دوسرے عمدہ کامون مین صرف ہو سکے گا + ہندوستانیون کی عورات کے پاس کافی وقت اس بات کے لئے موجود ہے کہ وہ اُس کو اپنے بچّون کی تندرستی کی حفاظت مین صرف کر سکین۔ اور پس مردون کو اُس کام سے سبکدوش کر سکین جس خاص کام مین (یعنی بچّون کی بیمارداری مین) کہ ہر ملک مین والدہ ہی اب بھی بمقابلہ مردون کے زیادہ حصہ لیتی ہے اور اس کے لئے نیچر نے اُس کو موزون بھی کیا ہے + ایسے کتنے اصحاب ہین جن کو کہ اپنی زندگی مین خود اپنی ہی حالت مین مادر مہربان کی شفقت مادرانہ کے اس برتاؤ کا تجربہ نہوا ہوگا ؟ اور ایسے کتنے اصحاب ہین جو کہ یہ نہ چاہتے ہون کہ شفقت مادرانہ کے ساتھ ہی ساتھ عورات کو جملہ امراض کی پیدایش سے واقفیت اور اونکے شفا کرنے کا آسان سے آسان طریقہ بھی حاصل ہو جاوے +

میرے خیال مین اوسط درجہ کی فہم کے شخص کو اس کتاب کے پڑھنے مین اور اس کے اصول کی بخوبی سمجھنے مین ایک ہفتہ یا زائد از زائد دو ہفتہ کافی ہین۔ اور علاج کے عملی طور سے سیکھنے مین تو دنون کی کچھ ضرورت نہین بلکہ منٹون کا صرف ہے + قابل خواندہ عورات

اسکے اصول کو مثل مردون کے کتاب پڑھ کر جلد سمجھ سکتی ہین - اور ناخواندہ دوسرون سے سُنکر اور سمجھانے سے - پس عورت و مرد دونون کے لئے اس علم سے واقفیت حاصل کرنا کچھ مشکل امر نہین ہے +

جیسا کہ ہر علم کی کتاب اُسی طور سے اس نئے علم شفا بخشی کی کتاب بھی شروع سے دیباچہ سے ہی پڑھنی چاہئیے اور ایک سلسلہ مین پڑھنی چاہئیے تاکہ ہر مضمون درجہ بدرجہ سمجھ مین آتا چلا جائے - اور جیسے کہ ہر علم کی کتاب کی کیفیت ہی کہ جسقدر زیادہ بار اُسکو پڑھئے اوسی قدر زیادہ واقفیت اوسکے اصولون سے ہوگی اور اوسی قدر زیادہ اُس کے اُصول ذہن نشین ہون گے - ویسی ہی کیفیت اس کتاب کی بھی ہے + علاوہ مطالعہ حصہ اول و دوم و سوم کے حصہ چہارم کے اکتالیس نمبر تک رپورٹ ہاے شفا یابی جو کہ خود مصنف کی لکھی ہوئی ہین اونکا بھی پڑھنا بہت ہی نافع ہوگا - کیونکہ اُن مین خود موجد کا تجربہ موجود ہے - اور انسان کو ہمیشہ دوسرون کے تجربہ سے سبق لینا چاہئیے - چھٹیات شکریہ جو کہ مصنف نے نمبر ۴۲ سے نمبر ۴۳ تک دی ہین اونکا مطالعہ بھی خالی از نفع کثیر نہین [1]

مین نے اس کتاب کا ترجمہ بجہاں نفع عام کیا ہے اور مین اپنی محنت کو اوسی قدر زیادہ سوپھل سمجھونگا جسقدر زیادہ لوگ اس علاج سے نفع اوٹھاوینگے اور یہ ہی میری سچی دلی آرزو ہے

مین اس دیباچہ کو بغیر اُن احباب کا یعنی بابو برج نندن پرشاد صاحب ایم - اے - ایل ایل - بی وکیل ہائی کورٹ و رئیس آنریری مجسٹریٹ مراد آباد - و پنڈت شمبھوناتھ صاحب ایم اے - ایل ایل بی و بابو گوبند سروپ صاحب بی - اے - ایل ایل - بی وکلاے ہائی کورٹ شہر مراد آباد کا جنھون نے کہ اس کتاب کے ترجمہ کرنے کی ترغیب دے کر مجھے اس کام پر آمادہ کیا اور پنڈت موہن لال صاحب ہکو - ایم - اے منصف - و بابو پرتاب سنگھ صاحب

[1] انکے بعد خود مترجم کی رپورٹ ہاے و بعض احباب کی چھٹیان بھی ہین جنھون نے ہندوستان مین اس علاج سے نفع اوٹھایا ہے وہ ضرور قابل ملاحظہ ہین

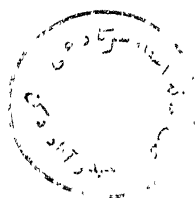
بی۔ اے۔ ایل ایل۔ بی منصف ممالک متحدہ کا جنہون نے کہ اس کتاب کے ترجمہ مین اپنی لیاقت علمی سے مجھے امداد کیثر بخشی۔ نیز اپنے دوست بابو کیداری لال صاحب وکیل ججی مراد آباد کا کہ جنکی عنایت خاص اس احقر کے حال پر ہے شکریہ ادا کئے بغیر ختم نہین کرسکتا۔

ناظرین سے امید ہے کہ وہ میری اس کوشش طفلانہ کو اپنی بزرگانہ نظر سے دیکھ کر میری ہر قسم کی غلطیون کو معاف فرمائین گے اور املا و محاورات اُردو کی غلطی پر نظر نہ ڈالین گے کیونکہ مین نہ تو اُردو زبان کا عالم ہون اور نہ انگریزی زبان جس سے کہ یہ ترجمہ کی گئی ہے میری مادری زبان ہے۔

بجنور (ممالک متحدہ۔ مالک ہندوستان)　　آپکا سچا خیر طلب
۳۔ اپریل سنہ ۱۹۰۴ء　　سروتریہ کرشن سروپ

حصہ اول

نئے طریق شفا بخشی کے دریافت کرنے کی جانب کس چیز نے مجھے مائل کیا؟

ایک لکچر

لیڈیز[۱] اور جنٹلمین!

یہ طبیعت انسانی کا خاصہ ہے کہ ہر شخص کو جو یہ سمجھتا ہے کہ اوسنے کوئی نئی اور اصلی بات دریافت کی ہے۔ ایک اندرونی خواہش اپنی دریافت کے قایم رکھنے کی اس غرض سے ضرور ہوا کرتی ہے کہ اُس کو آخرکار اپنے ہمجنسون پر ظاہر کرے۔

اس خواہش کے پیدا کرنے مین بیشک خواہش عزت اور خودنمائی کا بھی ایک حصہ ہے۔ لیکن اصولاً یہ پورے طور سے حفاظت کئے جانے کے قابل ہے یعنی جائز ہے اور فی الحقیقت بشری کہ + سچ کا اعلان کرنا ضروری ہے گو کہ کوئی شخص عام طور سے تمام نمایش اور حمایت ذکر کو حقارت سے دیکھے اور اس روزانہ زندگی کے شوروغل مین بجز تکان اور خودنمائی کے اور کچھ بہت ہی کم پاوے + اسی قانون قدرت کے آگے مین بھی سر جھکاتا ہون۔ جبکہ مین اس وقت آپ لوگون پر

---

[۱] لیڈیز یعنی شریف عورات۔ جنٹلمین یعنی شریف مردان۔ قاعدہ ہے کہ جب کوئی شخص لکچر یا وعظ بیان و نیا شروع کرتا ہے تو سامعین کو اپنی طرف مخاطب کرنے کے لئے ایسا کہا کرتا ہے۔ جس مجمع مین کہ عورت و مرد دونون موجود ہون تو تہذیب اسی کی مقتضی ہے کہ اُن لوگون کو مخاطب کرنے مین اول لیڈیز اور بعد کو جنٹلمین کہین اور تب مضمون لکچر شروع کریں +

اپنی متواتر محنت زائد از تیس سال کے نتائج کا اظہار کرتا ہون۔ یہ سچ ہے کہ یہ نشائد
زیادہ عقلمندی کی بات ہوتی اگر مین اپنی دریافتون کو بے زبان کاغذ کے ہی سپرد کرتا اور
زمانہ آیندہ سے ہی اوسکی بابت فتوی حاصل کرنے کی امید کرتا + لیکن اس کام مین جس کے لئے
کہ مین نے اپنی زندگی وقف کردی ہے۔ معاملہ صرف علم ہی علم کا نہین ہی۔ اسمین ہمکو اون
اعمال سے بھی تعلق ہے جو کہ اس علم سے پیدا ہوتے ہین۔ بلکہ یون کہین کہ (ہمکو مطلب) اون
باتون کے عملی طور سے جاننے سے ہے جو کہ ہمنے سیکھی ہین +

پس اگر مین اپنی تعلیم کو اپنے ہمجنسون مین پھیلانا۔ اور زمانہ آیندہ کو دست برست
دینا چاہتا ہون اور اگر یہ میری خواہش ہے کہ مرنے کے بعد مجھے لوگ نیم حکیم کے نام سے
بدنام نکرین۔ تو مجکو اس کی ضرورت ہے کہ اُن سچ باتون کا جو مین نے دریافت کی ہین بذریعہ
تعلیم اور زندہ شخصون پر عمل کرکے مشاہدہ کراؤن۔ اُنکو ثابت کرون اور دوسرونکو انھین بتلاؤن +
لیکن ایسی بڑی جماعت کے روبرو جیسی کہ میرے سامنے اسوقت موجود ہے۔ مریضون کا پیش
کرنا غیر ممکن ہے اور پس مجھے اپنے خیالات کو الفاظ مین ہی حتی الوسع اپنی قابلیت کے موافق
بیان کرنے پر اکتفا کرنی چاہیئے۔ اور اولاً اب مجھے مختصراً یہ بیان کرنے دیجئے کہ میرے علاج کا
قاعدہ کیسے مرتب ہوا۔

مجکو نیچر سے ہمیشہ ایک خاص قسم کی محبت رہی ہے + میرے لئے اس سے زیادہ اور کوئی خوشی
کی بات نہین تھی کہ جنگل و کھیت کے جاندارون کا اور اُن حالات کا جن مین کہ پودے اور جانور
زندہ رہتے ہین اور ترقی نسل کرتے ہین۔ مین نظارہ کرون۔ نیز اپنی بزرگ والدہ یعنی نیچر کے
کامون کو زمین و آسمان پر تلاش کرون اور اُسکے غیر متبدل قوانین کو معلوم کرکے اونکو مستحکم کرون +
مین ہمیشہ اس بات کے سُننے کا آرزومند رہتا تھا کہ قابل محققین پروفیسر اس ماسلر نے کیا کیا

باتین دریافت کرلی ہین اور یہ (خواہش) اسوقت سے بہت عرصہ قبل ہوئی تھی جبکہ مجھے کوئی خیال بھی اس علم شفابخشی کے لئے خصوصًا اپنی زندگی صدقہ کرنے کا نہوا تھا + ضرورت کے طاقتور ہاتھ نے مجھے اس آخرالذکر کام پر زبردستی لگایا - وہ ضرورت جوکہ قومون اور مفرد اشخاص ہردو کی تعلیم اور تربیت دینے والی ہے +

اپنی عمر کا بیسوان سال ختم کرنے کے تھوڑے ہی دنون بعد مینے دیکھا کہ میرا جسم اپنا کام کرنے سے گریز کرتا ہے - پھیپھڑون اور سر مین درد معلوم ہوتے تھے - اول مینے مقررہ اطبّا کی امداد حاصل کی + لیکن نتیجہ کچھ نہوا + میری والدہ نے جوکہ عرصہ سے نقیہ اور بیمار چلی آتی تھی ہم لوگ بچون کو "ڈاکٹرون" سے باربار آگاہ و متنبہ کردیاتھا اور یہ کہا کرتی تھی کہ صرف وہی لوگ (ڈاکٹران) اُس کی حالت مصیبت کے ذمہ وار تھے - میری والدہ بھی سرطان معدہ کے مرض مین حکیمون کے علاج سے راہی ملک عدم ہوچکی تھی +

اس وقت کے قریب ۱۸۶۲ء مین ہیروان نیچر کیور (یعنی امراض کو قدرتی وسائل سے آرام کرنے کے طریقہ) کے ایک جلسہ کا ذکر میری نظر سے گذرا - اس معاملہ سے مجھے دلچسپی ہوئی اور اُس جلسہ کا دوسرا اشتہار دیکھ کر مین اُس جلسہ مین شریک ہوا - یہ جلسہ چند مضبوط دل والے شخصون کا تھا جوکہ ہمارے مِلن زر[1] کے گرد (جس کو ہم کبھی نہ بھولین گے) جمع ہوئے تھے + بڑے پس و پیش کے ساتھ مینے حاضرین جلسہ مین سے ایک شخص سے دریافت کیا کہ پھیپھڑون مین سوئی کے سے چبھنے کے درد کے لئے جسمین کہ مین اُس وقت مبتلا تھا مجھے کیا کرنا چاہیئے - بہت شک کے ساتھ - کیونکہ میری حالت عرصہ سے اعصابی حرکت کی ایسی تھی کہ میرے لئے کچھ آدمیون کے روبرو باآواز بلند بولنا ممکن نہ تھا + اوس نے ایک گدّی کا رکھنا تجویز کیا - اسکا اثر فورًا ہوا اور اچھا اثر ہوا -

نوٹ [1] ملک جرمنی کے ایک مشہور شخص کا نام ہے +

اسکے بعد مین ان جلسون مین برابر گیا۔ اسکے چند سال بعد۔ یہ بات ۱۸۶۸ء مین ہوئی۔ میرا بھائی سخت بیمار ہوا اور نیچر کیور[1] جو کہ اُس وقت ابتدائی حالت ترقی پر پہونچا تھا اوسکی امداد کرنے مین قاصر رہا + مگر ہم لوگون کو تھیوڈور ہان[2] کے کامیاب علاجون کی نسبت سُننے کا موقع ملا۔ میرے بھائی نے اُن سے مشورہ لینے کا مصمم ارادہ کیا اور چند ہفتہ بعد تندرستی مین بہت نفع حاصل کرکے مکان کو واپس آیا + مین بھی قدرتی علاج کے طریق کے نفعے ہر دم زیادہ زیادہ دیکھنے لگا۔ اور اُس وقت بھی اس طریقۂ علاج کی اصلیت مین پیچ ہونے کا مجکو کامل یقین تھا۔

اس عرصہ مین میری بیماری بھی خاموش نہ رہی تھی۔ مرض کے وہ انکوُے جو کہ والدین سے درانتاً مجھے پہونچے تھے بہت ہی بڑھ گئے تھے۔ خصوصاً اُس وقت سے جبکہ پُرانی بیماریون کا علاج بذریعہ ادویات پینے کرایا تھا اور جسکی وجہ سے کہ نئے اسباب مرض کے اُن مین (پُرانی بیماریون مین) اور شامل ہوگئے تھے۔ میری حالت رفتہ رفتہ زیادہ زیادہ خراب ہوتی گئی۔ آخر مرض بالکل ناقابل برداشت ہوگئی۔ معدہ مین موروثی سرطان ظاہر ہوگیا۔ پھیپھڑے جزوی خراب ہوگئے تھے۔ سر کی رگین ایسی محرور ہوگئی تھین کہ مجھے میدان مین تازہ ہوا مین ہی آرام ملتا تھا + آرام کی نیند یا کام کرنے کا تو کوئی سوال ہی نہین ہوسکتا تھا + آج کے دن مین اس امر کو قبول کرسکتا ہون کہ گو اُس وقت مین خوب موٹا تھا اور چہرہ سُرخ تھا لیکن مین واقعی بالکل مثل آزردہ حال لیزارس[3] کے تھا + تاہم مین نے اُس وقت کے معلوم شدہ

---

[1] قدرتی وسایل سے امراض کے آرام کرنے کے طریقہ کو کہتے ہین +

[2] یہ بھی ایک مشہور شخص ملک جرمنی مین پانی کے ذریعہ قدرتی علاج مین ترقی کرنیوالا ہوا ہے +

[3] ایک بہت ہی غریب لاچار شخص کا نام ہے کہ جو عارضہ جذام مین مبتلا تھا اور جسکا ذکر انجیل مقدس مین آیا ہے اب اس نام سے مراد جذامی کی لیجایا کرتی ہے۔ یا کسی ایسے شخص کی جو کہ مثل اوسکے لاچار اور مصیبت زدہ ہو +

قدرتی علاج کے قاعدون پر پورا پورا عمل کیا۔ غسل۔ بھیگی ہوئی چادر مین لپٹنے کے عمل۔ پچکاریان۔ تریڑون کا دینا۔ یا پانی کا کسی عضو پر زور سے بہانے کا عمل۔ قصہ مختصر کہ ہر ایک چیز کا استعمال مینے کیا۔ مگر بجز اسکے کہ تکلیف مین کچھ کمی ہو اور کچھ نہ ہوا + اس زمانہ مین آزاد نیچر مین غور و فکر کے ساتھ دیکھنے سے مین نے وہ قوانین دریافت کئے جن پر کہ میرا اس وقت مین عمل کیا ہوا اور سکھلایا ہوا طریق علاج مبنی ہے + امتحاناً مینے خود اپنے اوپر اس طرز علاج کو ایک مرتبہ شروع کیا۔ اور اس غرض کے لئے بہت ہی کارآمد آلات مین نے بنائے + اس آزمایش مین کامیابی ہوئی۔ میری حالت دن بدن اچھی ہوتی گئی۔ دوسرے لوگ جنہون نے کہ میری صلاح مانی اور اُسی طریق پر عمل کیا وہ بھی مطمئن ہو گئے + آلات جو کہ مین نے بنائے تھے اونہون نے اپنا کام بہت عمدگی سے انجام دیا۔ موجودہ امراض کی تشخیص۔ اور آنے والون کی نسبت پیشین گوئیان جن کو کہ خود مریض نے ابھی تک نہین جانا تھا گو کہ رجحان طبیعت موجود تھا۔ ہمیشہ صحیح ثابت ہوئین + تب مجھے یقین ہوا کہ میری ایجادین دھوکے کی ٹٹیان نہ تھین۔ تاہم جب مین نے اُن کا ذکر کسی سے کیا تو میرے خیالات پر غیر قابل یقین درجہ[ف] کے تعجب کا۔ بے پروائی و بے تعلقی کا یا نفرت بھری ہوئی نامنظوری کا اظہار کیا گیا۔ اور یہ بات صرف پیشہ طبابت کے پکے اشخاص کی جانب سے و معتقدین علاج ادویات کی ہی جانب سے نہ تھی بلکہ (اور درحقیقت خاصکر) پیروان نیچر کیور اور بعض اوقات اُس کے مشہور قایم مقامان کی جانب سے بھی دیکھنے مین آئی + مصیبت زدہ انسان کی بہتری کے لئے مین نے اپنے آلات مفت کام مین لانے کے لئے چند ایسے عالمون کے پاس رکھدئے تھے + اُن آلات کی واقعی طور سے آزمایش نکرکے اونکو ناکارہ کہکر علیحدہ کر دیا گیا تاکہ گرد اور جالون سے وہ بھر جاوین +

ف یعنی اس درجہ کا تعجب کہ جو یقین کرنے کے درجہ سے گذر گیا ہو۔ ۱۲

اِس طور سے مجھے اور بھی اچھی طرح سے معلوم ہو گیا کہ یہی کافی نہین ہے کہ مرض کی پیدایش اور اوسکی افزایش اور علاج کے اصول قایم کئے جایئن اور مریضون کے علاج کے لئے آلات بنائے جاوین اور نہ یہ کافی ہے کہ امراض موجودہ کی تشخیص اور آیندہ جو امراض ہونیوالے ہین اونکے جاننے کا بے غلط طریقہ (جو خود جسم انسانی کی حالت پر مبنی ہے) دریافت کر لیا جائے اور نہ اُس کامیابی کا اظہار کیا جانا بھی کافی ہے جو اس نئے طریق شفابخشی کو خود میری حالت مین یا میرے رشتہ داران - دوست - احباب و آشناؤن کی حالت مین حاصل ہوئی ہے - بلکہ برعکس اسکے مَین نے یہ صاف طور سے دیکھ لیا کہ مجھے خود عوام سے ہی انصاف کے لئے اپیل کرنا پڑے گا اور بہت سے تعجب انگیز علاجات کر کے اپنے طریق علاج کی برتری **الوپیتھک**[1] - **ہومیوپیتھک**[2] اور اُس سے پیشتر کے طریقہ حصول تندرستی کے مقابل مین ثابت کرنا پڑیگی - میرے نزدیک صرف اسی سے سب درجہ کے لوگ یقین کر سکین گے کہ میرا طریق علاج صحیح ہے اور قوانین قدرت پر مبنی ہے -

اِس اندرونی ترغیب نے طبیعت کو سخت اُلجھن مین ڈال دیا - کیونکہ اگر مَین یہ فیصلہ کرتا ہون کہ اس نئے طریق شفابخشی کے مطلب مین اپنے کو لگاؤن تو مجھے مجبوراً اپنا کارخانہ جو کہ چوبیس ۲۴ سال تک بہت عمدگی سے چل رہا تھا بند کر دینا پڑے گا - تاکہ مَین اپنی پُوری توجہ دوسرے

[1] الوپیتھک سے مراد اُس طریقہ علاج سے ہے کہ جو سرکاری شفاخانون مین ہوتا ہے اور معمولاً ڈاکٹر لوگ کرتے ہین *

[2] مراد اس طریقہ علاج سے ہے جس کا اصول یہ ہے کہ کوئی مرض اسی دوا سے اچھا ہو جاتا ہے جس دوا کا استعمال کہ تندرست انسان پر اسی مرض کے علامات پیدا کرے - ادویات بہت ہی خفیف مقدار مین دی جاتی ہین - مثلاً ایک قطرۂ دوا کو ہزارون قطرہ پانی مین ملا کر ہلکا کرتے ہین اور اس آخرالذکر کا ایک قطرہ استعمال کرتے ہین - یہ طریقہ علاج بھی رواج پکڑ گیا ہے اور اسکے ڈاکٹر بھی بڑے بڑے شہرون مین علاج کرنے لگے ہین - اس طریقہ علاج کا موجد بھی ملک جرمنی کا رہنے والا ایک حکیم ہانہمان نامی ہوا ہے - جو ۱۷۵۵ء مین پیدا ہوا اور ۱۸۴۳ء مین وفات پائی *

پیشہ کی جانب مبذول کرون - جس بات سے بہر صورت شروع ہی مین مجھے محض بُرائی -
الزام اور نقصان مال ملے گا + برسون تک عقل اور طبیعت مین لڑائی رہی - عقل روکتی تھی
اور طبیعت (کانشنس) بار بار مجھے میری دلی خواہش کو پورا کرنے کی ترغیب دیتی تھی +

۱۰ ار اکتوبر ۱۸۸۳ء کو آخر کار مین نے کارخانہ اولاً کھولا - کانشنس (طبیعت) نے فتح پائی -
ٹھیک ٹھیک جیسا کہ میرا خیال تھا وہی دیکھنے مین آیا + شروع کے چند سالون مین مشکل سے
ہی میرے کارخانہ مین کوئی شخص آیا ہوگا - باوجودیکہ چند ایسی کامیابیان معالجہ مین
حاصل ہوئی تھین کہ جو خود لوگون کی توجہ اِس طرف مائل کرنے کے لئے واجب اللحاظ تھین -
اسکے بعد بیمار لوگ - ابتدا مین محض غسل لینے کی غرض سے - بعد کو چند لوگ رفتہ رفتہ علاج
کرانے کی غرض سے بھی آنے لگے + کچھ عرصہ مین لوگون کی نوازش کی افزائش ہوئی خاصکر دوسرے
شہرون سے - کیونکہ تقریبًا ہر شخص جس کا علاج مین نے کیا وہ از خود اس طریق علاج کا مشتہر کرنیوالا
اور اوس کی وکالت کرنے والا ہوگیا + میرا طریق علاج اور نیا طریق تشخیص یعنی **سائنس آف
فیشل اکسپریشن**[۱] ہزارون شخصون کی حالت مین کامیاب ثابت ہوا اور مین بہت سے
شخصون کو آیندہ آنے والی بیماریون کو بتلا کر بڑے سخت خطرون سے بچانے کے قابل ہوا +
اس امر آخر الذکر پر مین خاصکر زور دیتا ہون کیونکہ صرف اسی کے ذریعہ سے ہم پھر نسل کو واقعی تندرست
بنانے کے قابل ہونگے +

میری دریافتون کی سچائی ہر مریض کے علاج مین ثابت ہو چکی ہے - میرا تجربہ بھی گزشتہ

---

[۱] اکسپریشن کے معنی انگریزی مین اظہار - بیان - فیشل بمعنی متعلق چہرہ - آف بمعنی کا - سائنس بمعنی علم
اس کل فقرہ سے مراد اس علم سے ہے جسکے ذریعہ سے کہ صورت دیکھ کر مریض کی بیماری موجودہ یا آیندہ بتلا
سکتے ہین - اس علم کا ذکر کتاب ہذا مین بہت جگہ آیندہ آوے گا - کتاب کے سرورق کا نوٹس کتاب کے آخر مین دیکھئے +

آٹھ سال مین ضرور زیادہ وسیع ہوگیا ہے اور خود میری تندرستی جو کہ پہلے ناقابل علاج معلوم ہوئی تھی - جدید طریقے پر استحکام کے ساتھ عمل کرنے سے ایسی زیادہ بڑھ گئی ہے کہ آج کے دن مین اپنے کو اُس محنت کے بخوبی برداشت کرنے کے قابل سمجھتا ہون جو کہ اس بڑھے ہوئے مطب کی وجہ سے میرے اوپر پڑتی ہے - مگر بہت غور کے بعد میرے سوچے ہوئے ایک نئے طریق سٹنز باتھ[1] کے ایجاد کرنے سے ہی ایسا ممکن ہوا ہے + یہ عمل ایسا موثر ثابت ہوا ہے کہ مین یقین کے ساتھ کہہ سکتا ہون کہ ہر ایک مرض خواہ اُس کا نام کچھ ہی کیون نہ ضرور قابل علاج ہے میرا مطلب ہے کہ ہر مرض - نہ کہ ہر مریض - کیونکہ جس وقت کہ جسم کی بہت ہی دور تک بیخکنی ہوگئی ہے اور خاصکر اُس حالت مین جبکہ جسم بہت دنون تک بوجہ استعمال ادویات بالکل زہر سے بھر گیا ہے تو میرا طریقہ درحقیقت تکلیف کو تو کم کرسکتا ہے مگر ہمیشہ مریض کو موت سے بچا نہین سکتا یا شفاے کلی نہین دے سکتا ہے +

لیڈیز اور جنٹلمین! مین آپ کے روبرو اس خوشی سے بھرا اور دلیرانہ علم کے ساتھ حاضر ہوتا ہون کہ اپنی جسمانی بربادی کے خلاف ایک چہارم صدی تک لڑائی کرنے کے بعد مین نے اپنے آپ کو موت سے بچا لیا ہے - اور ساتھ ہی ساتھ اور عوام کے نفع کے لئے ایک سچا علاج مرض کے آرام کرنے کا جس کو کہ بڑے بڑے مشہور دماغون نے عرصہ تک بے فائدہ تلاش کیا تھا دریافت کیا ہے + اس طور سے گفتگو کرنا خودنمائی اور خودبینی سمجھا جاوے - مگر تجربہ نے ہر حالت مین یہ ثابت کردیا کہ اُن موقعون پر بھی جہان کہ مین اپنے کسی مریض کو موت سے نہ بچا سکا - میرا اصول بالکل راست اور پختہ ہے -

نوٹ[1] اسکا طریقہ مفصل غسلون کے باب مین صفحات ۱۴۵ لغایت ۱۶۵ پر بتلایا گیا ہے +

جس چیز نے کہ مجھے میری دریافت (ایجاد) تک پہونچایا وہ تجربہ کرنے کا طریقہ تھا جو کہ بہت صحیح اور بہت ہوشیاری کے ساتھ غور و تحقیقات و باقاعدہ تجربات پر مبنی ہوا تھا + اور گو کہ مجھے نیم حکیم کہیں اور مجھے اس بات کا الزام لگاویں کہ موجودہ پیشہ کے کرنے کے قابل ہونے کے لئے مجھے باقاعدہ اس پیشہ کی تعلیم نہیں ہوئی ہے لیکن میں ان سب باتوں کو پورے اطمینان اور بغیر پریشانی کے سنجیدگی کے ساتھ برداشت کرتا ہوں کیونکہ بنی نوع انسان کے لئے بڑے سے بڑا نفع پہونچانے والے اشخاص اور خصوصًا بڑی بڑی ایجادیں اور دریافتوں کے نکالنے والے اشخاص بھی بلا کسی استثناء کے اسی طور سے نیم حکیم اور دنیا دار کہلائے گئے ہیں۔ کاشتکار پریس نٹز۔ حمال شراتھ۔ عارف (بعد ازاں جنگلی فرنیک (جے۔ ایچ۔ راس) اور دواساز ھان کا (جنکی روشن دماغی اور منضبط طبیعتوں نے ایک نیا اور بہترین طریقہ علاج نکالا ہے) تو ذکر ہی کیا ہے۔

الوپیتھی۔ ہومیوپیتھی۔ اور شیپرکے **قدرتی طریق** علاج ہائے رواجی سے یہ نیا **طریقۂ علاج** کیا رشتہ رکھتا ہے۔ ؟

ان طریقہ ہائے علاج کی نکتہ چینی کرنا اور ان میں کمی اور اون کی کمزوریوں کو (جو کہ وہ بھی مثل تمام باتوں کے جنکا انسان سے تعلق ہے اپنے میں رکھتے ہیں) مناسب روشنی میں دکھلانا میں تجویز کرتا ہوں۔ لیکن محض اوسی درجہ تک جہاں تک کہ یہ فائدہ عام کے لئے اور میری تشریحات کے خوب سمجھنے کے لئے ضروری ہے + ہر شخص اس امر میں آزاد ہے کہ وہ

نوٹ ۱؎ ایک جرمن شخص تھا جو کہ پانی کے ذریعہ علاج کا موجد ہوا ہے یہ شخص سنہ ۱۸۵۱ء میں انتقال کر گیا +

نوٹ ۲؎ و ۳؎ و ۴؎ ہر سہ اشخاص ملک جرمنی میں ہوئے تھے جو کہ باوجود کسی تعلیم باقاعدہ نہونے کے اس بنی نوع انسان کے فائدہ پہونچانے والے علاجات کے موجد ہوئے تھے + ۱۲

اُسی بات کو منظور کرے اور اُسی پر عمل کرے جس بات کو کہ وہ سب سے اچھا سمجھے۔ لیکن میرا اُصول ٹھیک ٹھیک سمجھنے کے لئے یہ بات جاننا ضروری ہے کہ کن کن باتون مین تو یہ مروجہ طریقہ ہاے علاج سے مطابقت رکھتا ہے اور کن کن باتون مین مطابقت نہین رکھتا تاکہ ہم یہ بات جان سکین کہ کس بات مین تو یہ واقعی اصلی ہے اور اوسکی سچی قیمت فی نفسہ یا اورون کے مقابلہ مین کیا ہے ؟

الوپیتھی سے تو یہ بغیر ادویات و بغیر اعمال جراحی والا نیا طریقہ علاج صرف ایک ہی بات مین ملتا ہے یعنی دونون طریقون کا نشانۂ علاج جسم انسان ہی ہے + اس کے علاوہ اونکے مقاصد اور اونکے حاصل کرنے کے وسائل ایک دوسرے سے ایسے برعکس ہین جیسے کہ آپس مین ایک قطر کے دونون سرے + درحقیقت مین مریضون کو زہرون سے بھر دینے کی اس تمام حکمت کو ہی جو کہ حال مین بہت ہی ترقی پر ہے + اس بات کا اگر خاص سبب نہین) ایک سبب تو ہونا خیال ہی کرتا ہون کہ کیون آجکل پورے تندرست اشخاص مشکل سے ہی نظر آتے ہین۔ نیز یہ کہ مزمن امراض خوفناک تیزی کے ساتھ بڑھتے چلے جاتے ہین + اس نئے طریق شفا بخشی کا وقت پر اور مناسب طور سے درمیان مین آجانا عمل جراحی کو قریب قریب بالکل فضول بنا دے گا +

ہومیوپیتھی کا آنا شل جری رفیق کی آمد کے مبارک سمجھتا ہون جس کے ساتھ ہوکر ادویات مین لوگون کے مہلک درجہ کے یقین کو قطع کرنے کے لئے جنگ کرتا ہے + اُس کی بہت ہی چھوٹی چھوٹی خوراک سے جس مین کہ کیمیا ساز دوا کا نشان بھی نہین دریافت کر سکتا + اور انتخاب غذا نے مناسب پر اسکی توجہ خاص ہونے کے باعث سے یہ طریقہ (یعنی علاج ہومیوپیتھی) اس نئے علم شفا بخشی کی آمد کے لئے راستہ با ایک سیڑھی

بنا رہا ہے لیکن غذا کے متعلق یہ (ہومیوپیتھی) کوئی مقررہ اور صاف اصول نہین تجویز کرتا - اور میرا تجربہ اس امر کو ثابت کرتا ہے کہ اوسکی بہت چھوٹی چھوٹی خوراکی دوا بھی بالکل غیر مضرت رسان نہین ہین -

قدرتی طریقۂ علاج جس طور سے کہ ابتک عمل مین آتا رہا ہے

اور جو دیگر طریقہ معالجات سے بہت سبقت لے گیا ہے وہی اس بغیر ادویات اور بغیر اعمال جراحی کے نئے طریقہ شفا بخشی کی بنیاد ہے + لیکن مین نے یہ ضروری سمجھا ہے کہ اس طریق (قدرتی علاج) کے بڑے بڑے موجد اور بانی یعنی پریس نٹز - شرائفہ راس - اور تھیوڈور ھان کی پیروی بمقابلہ اس کے بعد کے قایم مقامون کی پیروی کے زیادہ کرون + آخر الذکر اشخاص اپنے تئین علیحدہ ظاہر کرنے کی بے حد کوشش مین ہونے کی وجہ سے مصنوعیت کو پہونچ جاتے اور نیچر کے صاف اور سادہ راستہ سے علیحدہ ہو جانے کے خطرے مین پڑتے ہین + ان سے پیشتر کے قدرتی علاج کا طریقہ (نیچرل میتھڈ) مادۂ فاسد کی خاصیت اور اصلیت سے واقفیت نہین رکھتا اور نہ اُن قدرتی قوانین سے واقفیت رکھتا ہے جن کے مطابق کہ مادۂ فاسد جسم کے اندر اپنی جگہ تبدیل کرتا ہے - اور بعض حصون مین بیٹھ جاتا ہے + دوسرے الفاظ مین یون کہین گے کہ اسکو عموماً مرض کی اور خصوصاً ہر قسم کے مرض کی سچی اصلیت کی شناخت نہین ہے - یعنی قدرت کے اُس ہمیشہ قایم رہنے والے (جس کو کہ گو ابتک کسی نے جانا نہین ہے) قانون کا جس پر کہ میری تمام دریافت کی ہوئی باتین مبنی ہین اس کو علم نہین ہے + اسکے علاوہ اس (پیشتر کے نیچرل طریق علاج) کو مروجہ طریقۂ شناخت مرض کی امداد کی ضرورت ہوتی ہے - گو کہ یہ بات بخوبی روشن ہے کہ اس کو ایسی "ٹھیک ٹھیک" شناخت کی

کچھ ضرورت ہی نہین - پس اس مین ابھی پرانے تعصبات لگے ہوئے ہین + برعکس اسکے یہ نیا علم شفا بخشی ایک بالکل مختلف قسم کی شناخت کی تعلیم دیتا ہے جو کہ خود مرض کی اصلیت سے نکلی ہے اور جو محض چہرہ و گردن کے امتحان کرنے سے ہوتی ہے - یعنی یہ کہ سائنس آف فیشل اکسپریشن -

نیچرل میتھڈ یعنی قدرتی طریقہ مین بہت سے طریقون مین پانی استعمال کیا جاتا ہے یعنی بھیگی چادر مین جسم کو لپیٹنا - پچکاری لگانا - زور سے پانی کی دھار کا عضو معلول پر چلانا بارش کی طرح پانی برسا کر غسل لینا - نصف غسل - پورے غسل - بیٹھ کر غسل - اور مختلف قسم کے بھاپ کے غسل + لیکن جب کہ مرض کی صحیح اصلیت مین ایک مرتبہ بھی وقوف حاصل ہو جاتا ہے تو یہ بہت سے طریقے علاج کے فضول اور کھیلے مین ڈالنے والے معلوم ہوتے ہین یہ نیا طریقہ شفا بخشی پانی کے استعمال کے طریقے کو جہانتک ممکن ہے بہت کم اور آسان کر دیتا ہے +

معمولی نیچر[1] کیور[1] سسٹم[1] کے مطابق غذا مین ہر نوع زیادہ تر بے ترتیبی رہی ہے یا باختیار خود روایتی مرکب غذا[2] کو مفید مان لیا ہے - یہ نیو سائنس[3] آف ہیلنگ غیر محرک اغذیہ کے متعلق ایک طریقہ تجویز کرتا ہے جو کہ بہت صاف اور صحیح بتلائے ہوئے قدرتی قوانین پر مبنی ہے -

نوٹ [1] نیچر یعنی قدرت - کیور بمعنی علاج - سسٹم بمعنی طریقہ - پرانے قدرتی طریقہ علاج سے مراد ہے - یعنی اُس علاج سے جسمین کہ امراض کو قدرتی وسائل سے آرام کرتے ہین -

نوٹ [2] مراد ہے اُس غذا سے جسمین کہ گوشت اور نباتات دونون جایز رکھے گئے ہین +

نوٹ [3] انگریزی مین نیو بمعنی نیا - سائنس بمعنی علم - آف بمعنی کا - ہیلنگ بمعنی شفا بخشی یا علاج - کل سے مراد نئے طریق شفا بخشی سے ہے یا نئے علم علاج سے جس کا ذکر اس کتاب مین کیا گیا ہے جس کو ڈاکٹر کیوہنی صاحب نے ایجاد کیا ہے آیندہ اکثر موقعون پر انگریزی کے ہی الفاظ استعمال کر دئے گئے ہین جسکے کہ ناظرین ان تشریح کے بعد خود بخود مطلب نکال لین گے

جیسا کہ آپ دیکھتے ہین معمولی طریقہ ہاے نیچر کیور سسٹم سے (جس نے مین پھر کہتا ہون کہ حیرت انگیز باتین دکھلائی ہین) اسقدر زیادہ تجاوز کیا گیا ہے کہ مین اپنے علم اور طریقہ علاج کو ایک نئے نام سے پکارنا جایز سمجھتا ہون - یعنی کہ نیو سائینس[1] آف ہیلنگ **بغیر ادویات** اور **بغیر اعمال جرّاحی** کے نام سے -

مین مشرّح اُن تمام تجربون کو جو کہ مینے قبل اپنے طریق علاج کے پُورے درجہ پر پہنچنے کے کئے تھے نہین بیان کرسکتا - بہت سے شخصون کو وہ ضرور دلچسپ تو ہوگا مگر اوسکی عملی طور سے کچھ بھی قیمت نہوگی + درحقیقت اس مین ایک خاص نفع ہے جبکہ کوئی شخص اپنی منزل پر براہ راست پہونچ سکتا ہے اور اُن غلط رستون سے بچ سکتا ہے جن پر کہ صحیح رستہ دریافت کرنے کے قبل گذرنا پڑا تھا +

اسقدر تمہیدی گفتگو کرنے کے بعد اب خاص مضمون کی طرف ہمکو آنے دیجئے -

آمدم برسر مطلب - وہ اہم سوال جس کو کہ مجھے اولاً جانچنا چاہیے اور جس پر کہ یہ پُورا پُورا طریق علاج مبنی ہے وہ یہ ہے یعنی "**کونسا جسم تندرست ہی یا تندرست نہین ہے؟**" مروّجہ آراے بہت مختلف ہین - کونسا شخص ایسا ہے کہ جس کو اس بات کا تجربہ نہوا ہوگا جس کوئی شخص تو کہتا ہے کہ مین بالکل تندرست ہون صرف قدرے درد مفاصل کی شکایت ہے - دوسرا کہتا ہے کہ مجھے صرف گھبراہٹ ہوجاتی ہے ورنہ اور طور سے تو مین تندرستی مجسم ہی ہون (اس طور سے گفتگو کرنا) گویا ایسا کہنا ہی کہ جسم کے علیحدہ علیحدہ ٹکڑے ہین اور ہر ایک ٹکڑا دوسرے ٹکڑے سے بالکل الگ ہے اور نہ اُس سے کوئی کسی قسم کا تعلق معلوم ہوتا ہے -

میرا تعجب یہ ہے کہ اس خیال کی تائید اُس طریق علاج سے ہوتی ہے جو کہ بڑا صحیح اور پختہ سمجھا جاتا ہے کیونکہ آخرالذکر بہت سی حالتون مین کسی عضو کا مفرد خیال کرتا ہے اور

[1] یعنی نیا علم شفا بخشی -

اکثر اوس کے قریب کے عضو پر لحاظ بھی نہین کرتا + باوجود ان سب باتون کے اس بات
مین شک نہین کہ انسان کا سب جسم مل کر ایک پورا عدد بنتا ہے جس کے کہ حصہ متعدد
ایک دوسرے سے ایسا تعلق رکھتے ہین کہ ایک حصہ مین بیماری کا ہونا دوسرے حصہ پر
ضرور اثر ڈالے گا + روزانہ خیال کرنے سے آپ کو معلوم ہو جاویگا کہ ایسا ہی ہوتا ہے +
اگر تمھارے دانت مین درد ہے تو تم مشکل کام کرسکتے ہو اور نہ کھانا نہ پینا مزہ دار لگتا ہے +
ذراسی اونگلی مین چوٹ اوکھڑ جانے سے بھی ایسا ہی ہوتا ہے - پیٹ مین درد ہونے کی وجہ سے
ہمارے تمام جسمانی اور دماغی کام کی خواہش دور ہوجاتی ہے + ابتدا مین تو یہ محض وہ
اثر ہے جو رگون کے ذریعہ سے پہنچتا ہے + لیکن ہم دیکھتے ہین کہ ایک خرابی سے دوسری
خرابی براہ راست کیسے چلی جاتی ہے + اگر یہ خرابی عرصہ تک بنی رہے تو اوس کے نتائج بھی
دیرپا ہون گے خواہ وہ ہم کو معلوم ہون یا نہون + پس کوئی جسم اوسی وقت تندرست
ہوسکتا ہے جبکہ اس کے تمام حصے اپنی مناسب حالت مین ہون اور اپنا کام بغیر تکلیف
دباؤ یا تناؤ کے کرتے ہون اور تمام اعضا کی **ظاہری صورت** ایسی ہو جو کہ اونکے
مقصد کے لئے **نہایت موزون ہے** جو کہ ہماری خوبصورتی کے خیالات سے
بھی بہت زیادہ مطابقت رکھتی ہے + جس حالت مین کہ صورت ظاہری صحیح نہین ہے تو
ایسی حالت معین باعثون سے پیدا ہوئی ہے + لیکن ہر حالت کے لئے ٹھیک ٹھیک
صحیح شکل کا اندازہ کرنے کی غرض سے وسیع تحقیقاتین ضروری ہین + سب سے اول
ہم کو واقعی تندرست شخصون کو بغرض مطالعہ تلاش کرنا چاہیئے جنسے کہ ظاہری صورتین
سیکھ لیجاوین - لیکن آجکل ایسے اشخاص کا ملنا قریب قریب ناممکن ہوگیا ہے + یقیناً ہم
اکثر لوگون کو مضبوط اور تندرست کہتے ہین اور بہت سے لوگ خود کہتے ہین کہ

ہم ایسے ہی ہین بھی۔ لیکن اگر ہم ذرا اچھی طرح سے تحقیقات کرین تو ہر ایک کو کچھ نہ کچھ
(جیسا کہ وہ کہتا ہے) شکایت ہے۔ مثلاً کچھ خفیف درد۔ گاہے گاہے درد سر۔ کسی کسی
وقت درد دندان وغیرہ جس سے کہ ثابت ہوتا ہے کہ پوری تندرستی کا تو سوال ہی نہین ہو سکتا۔
اِس وجہ سے مطالعہ وسیع کی ضرورت ہے تاکہ جسم کی تندرستی کی شکل کو جان سکین +
مگر بیمار شخصون کو اُن اشخاص سے مقابلہ کرکے جوکہ قریب قریب تندرست ہین کچھ نہ کچھ
معلوم کرسکتے ہین۔ اور توضیحات مابعد سے آپ لوگون کو اور صاف معلوم ہو جائے گا
کہ یہ کیونکر ممکن ہے +

مین اس امر کا ذکر کرچکا ہون کہ بیماری سے جسم کی شکل تبدیل ہو جاتی ہے۔
اب مین آپ کے روبرو چند جانی ہوئی تمثیلین پیش کرون گا + اولاً مین آپ کو اُن شخصون کی
یاد دلاتا ہون جوکہ موٹاپے مین مُبتلا ہوتے ہین یعنی جنکے جسم کہ خوب گول متول بنے رہتے ہین
اور اونکے برعکس مین آپ کو دُبلے پتلے آدمیون کی یاد دلاتا ہون جن کے کہ جسم مین
مشکل سے ہی کچھ چربی موجود ملے۔ بلاشبہ ہر دو باتین بیماری کی علامتین ہین۔
علاوہ اسکے دانتون کا گرجانا ایک ایسی بات ہے جس سے تمام چہرہ تبدیل ہوجاتا ہے۔
نقرس کا مرض جس مین کہ گٹھریان پڑجاتی ہین۔ وجع مفاصل جسمین کہ جسم کے کل حصون مین ورم
ہوجاتا ہے۔ اِن سب حالتون مین تبدیلیان ایسے تعجب انگیز طریقے مین نمایان ہوتی ہین
کہ محض مُبتدی بھی اُن کو شناخت کرلیتا ہے + مرض کی دوسری صورتون مین یہ تبدیلیان
کم کم ظاہر دکھلائی دیتی ہین۔ لیکن مین آپ کو اور بہت سی مشہور باتون کی یاد دلا سکتا ہون
آپ اس امر کو جانتے ہین کہ تندرست شخص کی نگاہ صاف اور شستہ ہوتی ہے اور
اُس کا چہرہ بھدا نہین ہوتا ہے لیکن آپ اس بات کی جانچ کرنا مشکل سمجھین گے کہ چہرے کی صحیح

صورت کب ہوتی ہے۔ اور آپ اس کو بھی فوراً تسلیم کرینگے کہ اس معاملہ مین ایک شخص کی عقل تمیز بمقابلہ دوسرے شخص کے زیادہ تیز ہوتی ہے۔ مثلاً ہم اکثر کسی ایسے شخص سے مل جاتے ہین جس کو ہمنے برسون تک نہین دیکھا ہے۔ ہمین نظر آتا ہے کہ اس عرصہ مین اوس شخص مین بہت ہی تبدیلی خرابی کی جانب واقع ہوئی ہے۔ حالانکہ ہم اس تبدیلی کی ماہیت کو صاف طور سے نہ بتلا سکین + اور تاہم یہ تبدیلیان۔ جن کے ذریعہ سے کہ جسم کی خوبصورتی رفتہ رفتہ جاتی رہتی ہے۔ کوئی معنی عمیق رکھتی ہین۔ جس کا ذکر کہ مین آگے چل کر کرونگا +

اس تمام (گفتگو) سے یہ صاف ہوگیا کہ جسم اور خاصکر سر اور گردن کے تغیرات کی حالت مین امراض اپنے کو ظاہر کرتے ہین۔ اور نیز کہ ان تبدیلیون کی شناخت اور اونکی تشریح کرنا ایک ضروری امر ہے +

آیا ہر شخص اسکے[1] کرنے مین کامیاب ہوگا یا نہین۔ اس کا فیصلہ مین نکرونگا۔ اس نظری تحقیقات کرنے کے لئے مشق با توجہ اور استقلال درکار ہین + جو شخص کہ اس سائنس آف فیشیل اکسپریشن کو زیادہ اچھے طور سے جاننا چاہتے ہین ان کو مین اپنی چھوٹی کتاب[2] کے حاصل کرنے کی رائے دونگا جو کہ اس مضمون تک پہونچانے کے لئے صاف طور سے رہنمائی کرتی ہے +

آج کے دن مین آپ کی توجہ ایک دوسرے معیار تندرستی کی جانب مبذول کراؤنگا۔ چونکہ ہر مرض کی حالت مین کل جسم پر اُس کا اثر پڑتا ہے اس وجہ سے ہم حالت تندرستی کی

نوٹ [1] یعنی جسم کی خصوصاً گردن و چہرہ کی حالت مین تغیرات کے دریافت کرنے مین +

نوٹ [2] اس کتاب کا نام سائنس آف فیشیل اکسپریشن ہے اب اسکا ترجمہ بھی اردو زبان مین ہو کر چھپ گیا ہے اور شفا پریس مراد آباد سے مل سکتا ہے + نوٹس کتاب کے آخر مین ملاحظہ فرمائے +

جانچ کسی ایک عضو کے فعل کے امتحان کرنے سے کر سکتے ہین۔ اسکے لئے سب سے عمدہ بات یہ ہے کہ اونھین اعضا کو ہم دیکھین جنکا افعال کی جانچ بہت پورے طور سے اور آسانی سے ہو سکتی ہے اور ایسے اعضا وہ ہین جن کو آلات الہضم کہتے ہین + عمدہ ہاضمہ عمدہ تندرستی کی پہچان ہے اور جب ہاضمہ روز بروز پورے طور سے ہوتا رہتا ہے تو جسم بلاشبہ پورا تندرست ہوتا ہے + یہ باتین جانورون کی حالت مین آسانی دیکھی جاسکتی ہین فضلہ سے ہم اس بات کی جانچ بخوبی کر سکتے ہین کہ ہاضمہ کی حالت کیسی رہی ہے۔ یہ فضلہ جسم سے ایسی شکل مین نکلنا چاہیے کہ جسم بالکل صاف رہے + اس بات کو آپ روزمرہ گھوڑون اور پرندون مین جو کہ حالت آزادی مین رہتے ہین۔ دیکھ سکتے ہین + اس باریک مضمون کی اور زیادہ تشریح کرنے مین مجھے معاف کیجئے گا۔ لیکن جب تندرستی اور بیماری کا ذکر کیا جائے تو ہر ایک چیز کو اوسکے صحیح نام سے ہی پکارنا چاہیے +

پائخانہ کے مقام کا آخر سرا ایسے نادر طریقے مین بنا ہے کہ اگر پائخانہ کا قوام اُس مقام تک پہونچنے وقت صحیح صحیح ہو تو پائخانہ بلا دقت اور بغیر جسم کو میلا کئے ہوئے باہر خارج ہو جاتا ہے + اس مضمون پر بہت زیادہ وضاحت کے ساتھ اپنے رسالہ اسمی "کیا مین تندرست ہون یا بیمار؟" مین بحث کی ہے +

پوشیدہ جسم کے صاف کرنے کا کاغذ بیمار انسان کے لئے بنایا گیا ہے۔ پورے تندرست آدمیون کو درحقیقت اسکی ضرورت نہین ہے + میری بات کے سمجھنے مین غلطی نہ کیجئے گا۔ میرا مطلب یہ نہین ہے کہ کوئی ایسا شخص جسکی تندرستی کہ واقعی پوری پوری صحیح نہین ہے یہ خیال کرے کہ اُسکے اس مہذب طریق صفائی کے ترک کر دینے سے کوئی عجیب کامیابی

اوس کو حاصل ہو گی۔ بلکہ برعکس اسکے واقعی ایسے ہی نا تندرست شخصون کے لیئے یہ طریقہ بغرض قایم رکھنے صفائی کے ضروری ہے + اپنے ہاضمہ کی حالت سے ہر شخص بآسانی اس بات کو جان سکتا ہے کہ وہ تندرست ہے یا تندرست نہین ہے + یہ طریق جانچ بہت ہی ضروری طریقہ ہے اور تنگی لوگون کے تمسخر کی ذرا بھی پروا نکرکے اس بات کو مین دعوی کے ساتھ کہنے مین ذرا بھی نہین رکتا ہون +

خوش نصیب ہے واقعی وہ شخص جس کو کہ مذکورہ بالا طریق بتلا دیتا ہے کہ اوس کی تندرستی پوری پوری صحیح ہے۔ تندرست آدمی ہمیشہ اپنے کو بہت اچھا جانتا ہے۔ اسکو کوئی تکلیف یا بے چینی معلوم نہین ہوتی۔ الا اُس حالت مین کہ یہ بیرونی اسباب سے ہون۔ واقعی اوسکو یہ کبھی خیال نہین ہوتا کہ اُسکے پاس ایک جسم ہے۔ کام کرنے مین اُس کو خوشی معلوم ہوتی ہے اور کام جب تک اچھا لگتا ہے جس وقت تک کہ وہ تھک نہ جاوے اور آرام شیرین مین ہی اُس کو پورا پورا سکھ اور آنند ملتا ہے۔ دلی تکلیف کا برداشت کرنا اوسکے لیئے آسان ہے اسکا جسم اوسکی شانتی کے لیئے آنسوؤن کا ٹھنڈک پہنچانیوالا مرہم خوشگوار بخشتا ہے جن آنسو بہلانے مین کہ ایسے موقعون پر کسی آدمی کو شرمانا نہین چاہیئے۔ تندرست آدمی اپنے کنبہ کے تفکرات و ترددات کی تکلیف نہین سہتا کیونکہ اپنے اندر اُس کو اپنے یگانون کی پرورش کر لینے کی قوت موجود معلوم ہوتی ہے + تندرست والدہ اپنے بال بچون کی پرورش کرنے مین حظ حاصل کرتی ہے کیونکہ وہ اپنے چھوٹے چھوٹے بچون کی اوس طریقے مین پرورش کر سکتی ہے جو کہ قدرت نے اُن کے لیئے تجویز کیا ہے[1]۔ اور اگر اُس کے پیارے بچے بھی

نوٹ [1] یعنی دودھ پلا کر یہی طریقہ قدرت نے بچون کی پرورش کے لیئے تجویز کیا ہے۔ تندرست والدہ ہی ایسا کر سکتی ہے اور جو بچے کہ اپنی تندرست والدہ کے دودھ پر پرورش ہوتے ہونگے وہ قدرتاً تندرست بھی ہون گے ۱۲

تندرست ہون تو اونکی زندگی کیسی نہایت درجہ خوش غوش گذرے گی + اونکے چہرے
اظہار خوشی سے بھرے ہونگے۔ وہ متواتر بے چینی۔ گرگراہٹ اور شور کچھ نہوگا +
قصہ مختصر ایسے بچّون کو تعلیم دینے مین خوشی حاصل ہوتی ہے۔ خصوصاً (اسوجہ سے) کیونکہ
وہ اپنے اوستاد کے طرز روش سے زیادہ موثر ہونگے اور اسکی فرمانبرداری کرینگے۔

مختصراً پھر کہتے ہین ! فطرتی رجحان طبیعت نے مجھے **سائنس** کی طرف کھینچا۔
سخت بیماری اور بڑے ایماندار حکما کی جانب سے بڑے تجربہ نے مجھے **نیچر کیور** کی طرف
متوجہ کیا۔ میرے یہ دیکھ لینے نے کہ آخرالذکر طریقہ ہی جیسا کہ اس وقت تک جاری رہا تھا۔
میرے واقعی مزمن بیماریون کو آرام کرنے مین لاچار تھا۔ مجھے تحقیقات مزید کے کرنے پر مجبور کیا۔
زندہ نیچر مین متواتر نگاہ کرنے سے مجھے وہ فرق دریافت ہوا جو کہ ہر جسم کی بیرونی شکل مین
باعث مرض پیدا ہوا کرتا ہے + اور اس طریقہ نے جسمین کہ یہ فرق واقع ہوتا ہے۔ نیز اوس
طریقے نے جس مین کہ یہ فرق مرض کے آرام ہو جانے پر پھر دور ہو جاتا ہے۔ مجھے آخرش یہ بات
سکھلادی کہ مرض کیا ہے اور کیسے پیدا ہوتا ہے +

میرے دوسرے لکچر کا مضمون یہ ہوگا کہ مین آپکے روبرو اپنی تحقیقات کے نتائج
پیش کرون اور آپ کو یہ بتلاؤن کہ (جیسا مین دیکھتا ہون) مرض کی اصلیت کیا ہے۔
کیونکر یہ پیدا ہوتا ہے۔ کیا اسکی غرض ہے۔ اور کیسے اسکو شفا دی جائے +

مرض کس طور سے پیدا ہوتا ہے؟ بخار کیا چیز ہے؟

لیڈیز اور جنٹلمین!

بیماری کیا چیز ہے؟ کیونکر پیدا ہوتی ہے؟ اور کیونکر یہ اپنے آپ کو ظاہر کرتی ہے؟ یہی سوالات ہین جن پر کہ آج مین آپ کے رو برو بحث کرون گا۔ اگر آپ نے لکچر کی اطلاع مین یہ دوسرا سوال کہ "بخار کیا چیز ہے"؟ پڑھا ہے تو آپ کو یہ بات معلوم ہو جاوے گی کہ دیگر سوالات کے ساتھ مین اسکا جواب کس طور سے دیا جاتا ہے۔

سوالات مذکورۂ بالا کے جوابات محض علمی نظر سے نہین بلکہ عملی نظر سے بھی ضروری ہین کیونکہ جب تک ہمکو مرض کی خاصیت کے بارہ مین صاف طور سے وقفیت نہ ہو جائے اوس وقت تک ہم دفعتہً صحیح طریقۂ علاج تک پہونچنے کے لایق نہونگے۔ اور بس تمامی تجربہ سے جاننے کے لئے اندھیرے مین ٹٹولنے سے بچین گے۔

جو طریقہ کہ ہم اختیار کرتے ہین وہ وہی طریقہ ہے جس سے کہ تمام قوانین قدرت دریافت کئے جاتے ہین۔ ہم نظری تحقیقات سے شروع کرتے ہین۔ اِن سے ہم نتائج نکالتے ہین اور آخرش اِن اپنے نتائج کی صحت کو تجربہ سے ثابت کرتے ہین +

سب سے اول ہماری تحقیقات اُن علامات تک پہونچنی چاہیئے جو کہ بیمار لوگون مین پائی جاتی ہین - اسکے بعد ہمکو وہ علامات دریافت کرنا ہونگی جو کہ ہر مریض مین ملتی ہین - اور متواتر بار بار ظاہر ہوتی ہین -

یہ **علامات اصلی** ہین اور مرض کی خاصیت کی ہماری تحقیقات مین اونکو اپنے چلنے کی ابتدائی جگہ مان لینا چاہیئے -

مینے اپنے پچھلے لکچر مین یہ کہا ہے کہ بعض امراض کی حالت مین عجیب عجیب تبدیلیان جسم کی شکل مین واقع ہوتی ہین - اور یہی بات تھی جسکی وجہ سے مینے اس امر پر غور کیا کہ آیا اس قسم کی تبدیلیان سب مریضون مین کیا واقع نہین ہوتین ؟

اور تجربہ نے بار بار ثابت کر دیا ہے کہ واقعی یہی حالت ہے - اس قسم کی تبدیلیون کا اثر **چہرے** اور **گردن** پر خصوصاً ہوتا ہے اور پس یہ تبدیلیان ان مقامات مین بہت آسانی سے معلوم کر لی جاسکتی ہین -

برسون تک اس امر کے دریافت کرنے پر مین نے غور کیا ہے کہ آیا تنہا میری تحقیقات آخری تمام شخصون کی حالت مین آپس مین متفق ہوتی ہین - اور آیا ظاہری شکل کی تبدیلی کے ساتھ حالت تندرستی مین بھی ہر شخص مین فرق آتا ہے یا نہین - اور اسی طور سے ہمیشہ مجھے معلوم ہوا ہے -

پس مجکو یقین کامل ہوگیا کہ ہر جسم کے لئے ایک خاص اور درجہ اوسط کی شکل ضرور ہوگی جو کہ حالت تندرستی ہی مین ایک سی ملے گی اور اس درجہ اوسط کی شکل مین ذرا بھی فرق کا آنا بوجہ بیماری کے ہوا کرتا ہے - میری سمجھ مین یہ بات خوب آگئی کہ گردن اور چہرے کی شکل مین تغیرات جو ہووین اونکے دیکھنے سے کسی شخص کی تندرستی کی حالت کا معتبر اندازہ

معلوم ہو سکتا ہے۔ اور اسی کے ذریعہ سے مینے اپنے طریقہ تشخیص یعنی سائنس آف فیشیل ایکسپریشن کو دریافت اور اوسپر عمل کیا اور سب رسائل آف فیشیل ایکسپریشن) کو کہ مین پندرہ سال سے زائد تک اپنے مطب مین استعمال کر چکا ہون؛

وہ تغیرات جو گردن اور چہرہ مین ہم کو نظر آتے ہین۔ انھین کے مقابل چہرہ اور جسم کے حصون مین بھی ذرا زیادتی کے ساتھ واقع ہوتے ہین۔ کیونکہ جیسا کہ ہم کو آگے چل کر معلوم ہوگا۔ وے خود چہرہ مین ہی پیدا ہوتے ہین پس مریض کی محض گردن اور چہرہ کا ہی امتحان کر کے ہم کو اسکی کل جسمانی حالت کا ٹھیک ٹھیک حال معلوم ہو سکتا ہے + یہ بیرونی تغیرات گردن اور چہرہ کے اس طور سے ظاہر ہوتے ہین یعنی اول جبکہ مادہ فاسد پٹھون کے ریشون مین پہنچ جاتا ہے جسکی وجہ سے کہ جسم بمثل ربڑ کے پھیلنے کی قابلیت رکھتا ہے پھول جاتا ہے (یہ حالت کم خطرناک ہے) دویم بوجہ زیادتی تناؤ کے جو کہ الگ الگ پٹھون کے سخت ہو جانے کے باعث ہوتا ہے + اس حالت کا خیال آپ لوگ بہت آسانی سے اپنے ذہن مین لا سکین گے۔ اگر آپ ایک کلمہ[1] کا خیال کرین + معمولی طور سے بھرا ہونے کی حالت مین اس کو ہر طور سے موڑ سکتے ہین + اگر اس کو زیادہ ٹھونس کر بھر دیا جاوے اسقدر زیادہ جتنا کہ اوسمین آسکے تو کلمہ اسقدر زیادہ سخت اور تنا ہوا ہو جاویگا کہ اسکو آیندہ موڑ نہ سکینگے۔ الا اس حالت مین جبکہ کھال پھٹ جاوے + اسی طور سے جسم بھی ایک حد تک پھیل سکتا ہی جسکے بعد کہ پٹھون کے ریشون مین تناؤ واقع ہو جاتا ہے۔ ویسا تناؤ بہت صاف طور سے نظر آتا ہے جبکہ مریض اپنی گردن اور سر کو گھماتا ہے۔ یہ حالت زیادہ خرابی کی ہے۔ اب اگر پٹھون کے ریشون مین مادہ فاسد کے جمع ہونے کے لئے کافی جگہ نہ رہے تو مادہ فاسد پٹھون کے ریشون مین ہر ایک کھال کے تلے ٹکڑون ٹکڑون مین

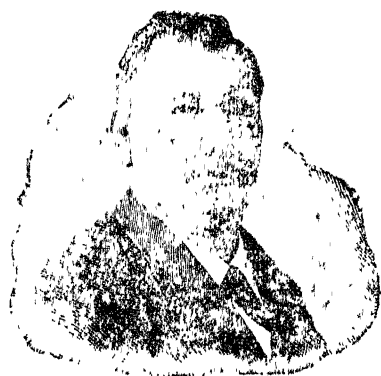
نوٹ[1] چمڑہ کی ایک تھیلی جسمین کچلا ہوا گوشت بھرا ہوا اوسکو کلمہ کہتے ہین اور انگریزی مین لفظ ساسیج آیا ہے +

جمع ہو جاتا ہے اور اُس رنت گردن پر صاف ظاہر معلوم ہوتا ہے ۔ جب کہ ہم کو ایسے ٹکڑے ۔ سر اور گردن پر ملتے ہیں تو ہم کو ان علامات سے یہ نتیجہ نکالنے میں غلطی نہیں ہوتی کہ ادمی کے مطابق دھڑ کے حصّون مین بھی بہت زیادہ تعداد ایسے ٹکڑون کی موجود ہے ۔ چہرہ کی جلد مین ایسے ٹکڑے ۔ مختلف قد و قامت کے آسانی سے چھو کر اور دیکھ کر معلوم کر لئے جا سکتے ہین ۔ کیونکہ گردن مین ایسی ڈلیان اُس وقت تک جمع نہین ہوتین جب تک کہ اس قسم کے ٹکڑے یا ڈلیان پیٹ مین جمع ہو گئی ہون ۔ ان ٹکڑون کی خاصیت اور اصلیت کی ٹھیک ٹھیک تشریح جسکا کہ اس وقت تک کبھی بیان نہین ہوا ہے ۔ مین بعد کرونگا ۔ جبکہ امراض پھیپھڑہ کا بیان کیا جاوے گا ۔ برعکس اسکے دُبلے مریضون مین ہم دیکھتے ہین کہ کس طور سے جسم کے تندرست ریشون کی جگہ واقعی مادہ فاسد سے گھر جاتی ہے حتیٰ کہ ریشون کا محض بقیہ گویا کہ سکڑ کر ملے ہوئے ریشے مادہ فاسد کے بیچ مین نظر آتے ہین ۔

جلد کے مختلف قسم کے خلاف معمول رنگ بھی امراض کی شناخت مین ٹھیک امداد پہنچاتے ہین اور بعض امراض مین تو یہ[1] ضرور موجود رہتے ہین ۔

اس موقع پر دونون موجودہ تصاویر سے جو کہ زندہ شخص کی ہین ایک مریض ایسا نظر آتا ہے جو کہ مرض دل و مرض استسقا مین مبتلا تھا ۔ اول تصویر اُس وقت کی ہے جب کہ اوس نے مجھ سے علاج رجوع کیا ۔ اور دوم تصویر اوسکی اُس شکل کی ہے جو کہ بعد چار ماہ علاج کرنے کے اوسکی ہو گئی ۔ آپ کو صاف طور سے اوسکی شکل مین وہ بڑی تبدیلی جو کہ اُس وقت مین واقع ہوئی تھی نظر آتی ہوگی ۔ جیسا کہ آپ کو معلوم ہوتا ہوگا ۔ وہ شخص مادہ فاسد سے بھرا ہوا تھا ۔ لیکن تین مہینے کے اندر ہی میرے طریق علاج کی مدد سے اوس نے اپنے جسم کو بذریعہ قدرتی آلات اخراج بہت سی مقدار مادہ فاسد سے صاف کر لیا تھا

نوٹ [1] مراد ہے جلد کے خلاف معمول رنگون سے ۔

جیسا تصویر ۲ سے صاف عیاں ہے ۔ مین اس موقع پر سائنس آف فیشیل ایکسپریشن کا محض ذکر ہی کر سکتا ہون کیونکہ اوسکی تفصیلات مین داخل ہونے سے موجودہ لکہے کے مضمون سے بہت دور نکل جاوینگے ۔

تصویر نمبر ۳

تصویر نمبر ۲

لیکن جسم کی شکل مین یہ تغیرات ہم کو مرض کی اصلیت کے بارہ مین کیا بات بتلاتے ہین؟ اولاً یہ بات ہے کہ یہ سوجن اور ابھار ایک ایک قسم کے مادہ فاسد کے جمع ہونے سے درحقیقت پیدا ہوتے ہین ۔ ابتدا مین کوئی شخص اس بات کی تمیز نہین کر سکتا ہے کہ آیا یہ وہ مادہ ہے جس کو کہ جسم کام مین لا سکتا ہے اور جو کہ غلط مقام پر جمع ہو گیا ہے ۔ یا کہ یہ وہ مادہ ہے جو کہ جسم کی ملکیت ہی بالکل نہین ہے ۔ اور نہ ہم ابتدا مین یہ جانتے ہین کہ آیا یہ وہ مادہ ہے جو کہ مرض کو پیدا کرتا ہے یا کہ یہ وہ مادہ ہے جو کہ مرض کی وجہ سے اکٹھا ہوا ہے ۔ لیکن مزید تحقیقات ہمکو ٹھیک بات کے زیادہ قریب تک لیجاتی ہے ۔ یہ اجتماع قریب قریب ہمیشہ جسم کے

ایک ہی طرف ہونے شروع ہوتے ہیں اور بمقابلہ دوسری طرف کے اول طرف بہت زیادہ ہوتے ہیں اور یہ ہمیشہ وہی سمت جسم کی ہوتی ہے جس کروٹ کہ ہم سونے کے عادی ہوتے ہیں ۔ پس ہم دیکھتے ہیں کہ مادہ فاسد مرکز کشش کی جانب میلان کے قانون کا پابند ہے گویا کہ تلی میں بیٹھ جاتا ہے + لیکن چونکہ یہ طرف جسم کی ہمیشہ زیادہ تر بیمار ہوتی ہے اس سے نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ مادہ ہی بیماری کا باعث ہوتا ہے ۔ ورنہ بیماری دوسری جانب بھی یقیناً کبھی کبھی تو ہوتی ۔ آیندہ اسکی تائید میں مزید ثبوت دئیے جاوینگے ۔

ہم اس سے یہ بھی نتیجہ نکال سکتے ہیں کہ مادہ مذکور ضرور فاسد مادہ ہووے گا ۔ یعنی اس قسم کا جوکہ جسم کی ملکیت بہر نوع اپنی موجودہ شکل میں نہیں ہوتا ہے + اس امر کو ہم فرض نہیں کر سکتے ہیں کہ قوت تجنیس جنس اس جسم کے اندر مرکز کشش کی جانب میلان کے قانون کی پابندی کرتی ہے ورنہ ایک ہی طرف تندرست جسم میں بھی اجتماع مادہ کا ہونے لگے گا اگر کوئی شخص برابر ایک جانب سونے کا عادی ہو ۔

علاوہ اسکے جسم بھی خود ایسے مادہ کے دور کرنے کی کوشش علانیہ کرتا ہے ۔ ناسور یا کثافت زخم پیدا ہونے لگتے ہیں یا پسینہ کثرت سے آتا ہے یا مختلف قسم کی جلد کی بیماریاں[1] پھوٹ نکلتی ہیں کیونکہ یہی طریقے ہیں جن میں کہ جسم مادہ فاسد کو اپنے میں سے نکال دینے کی کوشش کرتا ہے + اگر اوسکو کامیابی ہوئی تو بیماری کے بعد طبیعت کو ایک قسم کا چین سا معلوم پڑ جاتا ہے ۔ بشرطیکہ کافی مواد خارج ہو گیا ہو ۔

اب ہم قدرتی طور پر اس بات پر پہنچ گئے کہ مرض کس کو کہتے ہیں + جسم میں مادہ فاسد کی موجودگی کا نام مرض ہے + اس تعریف کی صحت کے لئے ایک ایسا طریقہ جانچ کا موجود ہے جو کہ کبھی خطا نہیں کرتا + اگر وہ مواد جس کو کہ ہمنے فاسد کے نام سے بیان

[1] کھجلی ۔ چیچک ۔ داد وغیرہ ۱۲

کیا ہے جسم سے معقول طریقے میں خارج کر دیا جاوے۔ اور بعد اسکے مرض خود بخود دور ہو جاوے اور اُسی وقت جسم پھر اپنی حالت صحت کی شکل حاصل کر لیوے تو ہمنے جو مرض کی تعریف[1] کی ہے اسکا صحیح ہونا ثابت ہو جاتا ہے۔

اسکا ثبوت دے بھی چکے ہیں اور بعد کے لکچروں میں آپ کو بہت سے تجربے جو میں نے کئے ہیں دکھلاؤنگا۔

لیکن اب ہم کو اس سوال پر آنا چاہیئے کہ اس مواد فاسد کی اصلیت و خاصیت کیا ہے اور یہ جسم میں کس طریقے سے داخل ہوتا ہے۔

صرف **دو راستہ** ہیں جنکے ذریعہ سے کہ مادّہ جسم میں داخل کیا جا سکتا ہے یعنی بذریعہ ناک کے پھیپھڑوں میں اور بذریعہ مُنہ کے معدے میں + ان دونوں راستوں پر دربان موجود ہیں لیکن وے ایسے نہیں ہیں کہ بالکل خراب نہو سکیں۔ اور بعض اوقات ایسی اشیاء کو اندر داخل ہونے دیتے ہیں کہ جو جسم کے موافق نہیں ہیں + یہ دربان ناک۔ اور زبان ہیں ایک ہوا کے لئے دوسری غذا کے لئے۔

جیون ہی کہ ہم قوت[1] شامہ اور قوت ذائقہ کے احکام کی تعمیل نہیں کرتے تو وے اپنے فرض منصبی کے انجام دینے میں زیادہ سُست ہو جاتے ہیں اور رفتہ رفتہ ضرر رسان مادّہ کو بلا روک ٹوک کے جسم کے اندر داخل ہونے دیتے ہیں + آپ لوگ اس امر سے واقف ہیں کہ بعض آدمی کیونکر **تمباکو کے دھوئیں** کے بادلوں میں بیٹھنے کا اور اُس کو بطور عمدہ تازہ ہوا براہ سانس اندر لیجانے کا عادی ہو سکتا ہے + زبان اس سے بھی زیادہ

نوٹ [1] یعنی کہ مادہ فاسد کا جسم میں موجود ہونا ہی مرض ہے + ۱۲

خراب ہوگئی ہے اور ہم لوگ اس بات کو جانتے ہین کہ رفتہ رفتہ یہ کسقدر زیادہ خلاف قدرت غذا کی عادی ہو جا سکتی ہے + کیا مجکو اس بات کی ضرورت ہے کہ مین بہت سے مختلف قسم کے کھانے اور پینے کی چیزون کی جو آجکل ضروری خیال کیجاتی ہین اور جو چند صدی پیشتر معلوم بھی نہین تہین آپ کو یاد دلاؤن + موجودہ زمانہ کے لوگ ان اشیا کے اسقدر عادی ہوگئے ہین کہ وہ بمقابلہ انکے قدرتی غذا کو چھوڑ دینا پسند کرینگے +

کل باتون کے لحاظ سے ہمارے پھیپھڑون کی غذا ایسی خراب نہین ہے جیسی کہ معدہ کی غذا۔ کیونکہ اول الذکر مین عیش افزا باتین نہین بڑہائی جا سکتین + آج کے دن بھی صاف سے صاف ہوا ہمیشہ ہم کو اچھی لگتی ہے۔ حالانکہ لذیذ حلوے کی ایک رکابی (تمثیل کے لئے) جس سے ہمارے بزرگون مین خون اور قوت بڑھتی بھی واقعی بہت کم لوگون کو مزیدار[1] معلوم ہوتی ہے + اور زیادہ صاف طور سے سمجھانے کی غرض سے کہ آلات الہضم کی بیچکنی کس طور سے اُن سے خلاف قدرت کام لیکر کیجاتی ہے۔ مین تمثیل ذیل پیش کرونگا +

بوجھ کی گاڑی کھینچنے والا ایک گھوڑا جو کہ آسانی سے پچاس من وزن کو کھینچ سکتا ہے ممکن ہے کہ چابک کے ذریعہ سے تھوڑے وقت کے لیئے زیادہ بھاری وزن مثلاً اسی من بھی کھینچ لیوے لیکن اگر اسکا مالک یہ دیکھ کر کہ اسکا گھوڑا اسی من وزن کھینچ سکتا ہے روزانہ اُس سے اوسی قدر وزن کھنچواے تو گو اُسکا جانور یہ زیادہ بوجھ چند سے کھینچنے کے قابل ہو لیکن یہ ضرورت سے زیادہ کام لینا اُس کو نقصان دہ جلد ثابت ہوگا۔ بوجھ وہ دمبدم زیادہ مشکل سے کھینچنے لگے گا۔ حتی کہ پھر وہ پچاس من بھی نہ لیجا سکے گا + یہ بات کہ جانور سے اوسکی قوت سے زیادہ کام لیا گیا ہے

نوٹ [1] یہ حال یورپ کا ہی جہانکہ حیوانی غذا کا استعمال اسقدر ہوگیا ہے کہ نباتاتی اور غلہ سے بنی ہوئی اشیا کو بہت کم استعمال کرنے لگے ہین +

اوسکے پیرون مین موتھڑے اور ہڈّوان سے اور دیگر علامات سے معلوم ہوگی +
انسان سکے آلات الہضم کی بھی یہی کیفیت ہے - موجودہ زمانہ سکے محرک اشیا کی متواتر تحریک
سکے ذریعے سے بہت عرصہ تک وے اپنا کام اصلی مقدار سے زیادہ کرنے لگتے ہین - لیکن اونکی
اصلی قوتون کی رفتہ رفتہ بخکنی ہوتی جاتی ہے اور تب وے اس کام کو جو اونکو دیا جاتا ہے
ادھورا ہی کرتے ہین + حالت تندرستی سے حالت مرض ایسے بے معلوم طریقے سے پیدا
ہوتی ہے (اکثر دس یا بیس یا زیادہ سال لگ جاتے ہین) کہ مریض اس تبدیلی کو بہت
عرصہ تک خیال رسا بھی نہین لاتا +

یہ بتلانا بہت مشکل ہے کہ غذا کی وہ مقدار کسقدر ہے جو کہ بیمار معدہ ہضم کرسکتا ہے -
مثلاً **ایک سیب** کمزور مریض کو فائدہ کریگا حالانکہ دو اوسکے لئے مضر ہوجاینگے -
ایک سیب گو کہ کمزور معدہ ہضم کرلیوے **دو** اوسکے لئے بہت زیادہ ہونگے +
غذا مین ہر قسم کی زیادتی جسم کے لئے زہر ہے + ہمکو یہ بات ہرگز نہین بھولنی
چاہیئے کہ ہر ایک شئے جو کہ ہم معدہ مین داخل کرتے ہین ہضم کرنی پڑتی ہے + تندرست معدہ
بھی ایک معین ہی مقدار غذا کی ہضم کرسکتا ہے - اس سے زیادہ ہر شئے اوسکے لئے زہر ہے
اور اگر خارج نہو جاوے تو جسم مین مادہ فاسد پیدا کرتی ہے + پس کھانے اور پینے مین اعتدال
دائمی تندرستی کی بنیاد ہے -

اب یہ سوال پیدا ہوتا ہے کہ مادہ فاسد[1] کا کیا ہو جاتا ہے ؟ مین اس کو مادہ فاسد اسوجہ

نوٹ [1] انگریزی مین لفظ فارن میٹر آیا ہے - فارن بمعنی غیر اور میٹر بمعنی مادّہ جو کہ جسم سے غیر ہے اور
جو جسم مین رہکر فساد کرتا ہے - پس اسکا ترجمہ مادہ فاسد ہی کیا گیا ہے لہذا مادہ فاسد سے مراد مادہ غیر یا
فارن میٹر سمجھنی چاہیئے + ۱۲

کہتا ہون کیونکہ یہ جسم سے غیر ہے + جسم اُس کو خارج کرنے کی کوشش کرتا ہے اور بدیہی
اونھین طریقون مین جو کہ نیچر نے اس غرض کے لئے مقرر کئے ہین - پھیپھڑون سے یہ مادہ
راست اردگرد کی ہوا مین سانس کے ذریعہ سے خارج کیا جاتا ہے - معدہ سے اوسکو انتڑیان
باہر لے جاتی ہین - یا اول یہ خون مین ملتا ہے اور پھر بطور پسینہ - بول - اور سانس کی ہوا کے
جسم سے خارج ہوتا ہے - یعنی کہ براہ جلد - گردے - اور پھیپھڑون کے - پس جسم بہت ہی
احسان کے ساتھ اس امر کی خبر گیری کرتا ہے کہ ہمارے گناہون کا کچھ خراب اثر نہونے پاوے +
مگر ہم کو اس سے بہت زیادہ کام نہ لینا چاہیئے + اگر اس قسم کے خارج کرنے کا کام ہم جسم کو
بہت زیادہ دیوین تو وہ اپنے کامون کو بخوبی نہین کرسکے گا - اور مادہ فاسد کو اپنے اندر ہی
جگہ دینے لگے گا + لیکن یہ مادہ جسم کے نقصان کو سدہارنے کے لئے بیکار ہوتا ہے اور درحقیقت
ضرور نقصان دہ ہوتا ہے - چونکہ یہ گردش خون کو روکتا ہے پس اس لئے ہاضمہ کو خراب
کرتا ہے + اور فاسد رفتہ رفتہ مختلف مقامات مین جمع ہوجاتا ہے - خصوصًا مواد خارج کرنے
والے اعضا کے قریب جوار مین جنکی طرف کو کہ یہ رجوع ہوا کرتا ہے -

جیون ہی کہ ابتدا ایک دفعہ ہوئی تو مادہ فاسد تیزی کے ساتھ جمع ہونے لگتا ہے بشرطیکہ
طرز معاشرت دفعتًہ بدل نہ دیا جاوے -

جسم کی شکل مین تبدیلیان اب واقع ہونے لگتی ہین لیکن اولًا صرف چشم مشاق کو ہی
نظر آتی ہین + اس حالت مین جسم بیمار ہی ہے اگرچہ اسکا مرض **مزمن یا پوشیدہ**
اور بغیر درد کے ہے - مرض ایسے آہستہ آہستہ بڑہتا رہتا ہے کہ شخص معلول اسکا خیال بھی
نہین کرتا - صرف ایک معقول عرصہ کے بعد وہ اپنی حالت مین ناگوار تغیر کو محسوس کرتا ہے +
اوس کو اب پیشتر کی سی بھوک نہین لگتی - پہلی سی جسمانی محنت کرنے کے ناقابل ہوجاتا ہے -

وہ اسقدر زیادہ متواتر دماغی کام نہین کرسکتا - وغیرہ وغیرہ + اوسکی حالت اوس وقت تک قابل برداشت ہوتی ہے جب تک مادہ خارج کرنے والے اعضا اپنا فعل کرتے رہتے ہین - یعنی اُس وقت تک جب تک کہ انتڑیان - گردے - پھیپھڑے اپنا کام کرتے ہین اور جلد سے گرم پسینہ نکلتا ہے + لیکن جب کبھی کہ اونکے افعال مین فرق آتا ہے تو اُس کو فوراً اپنی جسمانی حالت سے بہت ہی ناخوشی معلوم ہوتی ہے +

جیسا کہ ہم معلوم کرچکے ہین اجتماع مواد فاسد خود طبیعت خارج کرنے والے اعضا کے آس پاس ہوا کرتے ہین - لیکن زیادہ دُور کے حصون مین - خصوصاً جسم کے اوپر کے حصون مین جلد جمع ہونے لگتے ہین - یہ بات گردن مین بہت صاف طور سے معلوم ہوا کرتی ہے + مادہ فاسد کے چلنے کے راستہ مین یہ تغیرات فوراً دیکھے جاسکتے ہین اور اسی کے ساتھ جب کہ گردن موڑی جائے تو تناؤ کا بھی خیال کیا جاسکتا ہے - جس سے کہ ہم یہ بات دریافت کرسکتے ہین کہ مواد نے کس سمت سے اپنا راستہ اوپر کو جانے کا نکالا تھا -

قبل اسکے کہ اس اجتماع مادہ فاسد کے نتائج کا زیادہ ذکر کیا جائے مین یہ ضرور کہونگا کہ مرض کی پیدایش و اظہار کا کل طریقہ اوسکی ابتدا سے بہت ہی کم اوقات غور سے دیکھا جاسکتا ہے کیونکہ بہت زیادہ لوگ مادہ فاسد سے لدے ہوئے اس دنیا مین داخل ہوتے ہین + اور اسی موقعہ پر اسقدر اور کہتا ہون کہ یہی وجہ ہے کہ کیون مشکل سے کوئی بچہ **عوارض اطفال** سے بری ہو + یہ واقعی[1] ایک قسم کی صفائی کرنے کا طریقہ ہے - یہ وہ طریقہ ہے جسمین کہ جسم مادہ فاسد سے اپنے تئین پاک کرنے کی کوشش کرتا ہے -

---

نوٹ [1] یعنی عوارض اطفال کا ہونا جسم کی صفائی ہونے کا ایک طریقہ ہے +

اسکا ذکر مشرح میرے لکچر مابعد مین کیا جاویگا۔

اشیاء غیر جو کہ ابتدا مین زیادہ تر پیٹ مین جمع ہو جاتے ہین آخرش تمام جسم مین پھیلتے ہین اور اعضا کے ٹھیک ٹھیک بڑھنے کو روکتے ہین۔

گو کہ اعضا بعض اوقات قد و قامت مین بڑھ جاوین تاہم اونکی بالیدگی ناتمام ناقص رہیگی۔ کیونکہ جہان کہین کہ مادہ فاسد موجود ہے۔ وہ جگہ قوت بخش اشیاء کے لئے خالی نہین رہتی۔ علاوہ ازین چونکہ دوران خون مین بھی رکاوٹ ہوجاتی ہے پس پرورش کرنیکی کارروائی رُک جاتی ہے اور اعضا بوجہ اُس مادہ فاسد کے جو اونمین جمع ہوگیا ہے چھوٹے رہ جاتے ہین۔

یہ مادہ عرصہ تک بالکل خاموشی کی حالت مین یا مزمن طور سے پوشیدہ رہ سکتا ہے لیکن جب حالات اسکے موافق ہون تو شکل مین دفعۃً آسانی سے تبدیل بھی ہوسکتا ہے۔

یہ مادہ فاسد قریب قریب خالص ایسی اشیاء کا بنا ہوا ہوتا ہے جو کہ قابل تحلیل ہوتی ہین اور از سر نو مرکب ہوسکتی ہین۔ یعنی ایسی اشیاء جنکے اجزا علیحدہ علیحدہ ہوسکتے ہین اور علیحدہ علیحدہ اس غرض کے لئے ہوتے ہین کہ مناسب حالات مین نئی شکلون مین مجتمع ہوجاوین یعنی ایسی اشیا جو کہ عفونت پذیر ہین۔

اب یہ بات ہے کہ جسم کے اندر اکثر یہ عفونت واقع ہوا کرتی ہے اور سب باتون سے زیادہ قابل لحاظ ہے۔

جملہ قسم کی ایسی سڑن مین ایسی چھوٹی چیزین مادہ سے پھوٹ کر نکلا کرتی ہین جن کو کہ خوردبین سے ہی دیکھ سکتے ہین اور سڑے ہوئے مواد مین ایک عجیب قسم کی تبدیلی واقع ہوتی ہے۔ یہ مواد قد و قامت مین نمایان طریق سے بڑھتا ہے۔

سڑن سے ہمیشہ گرمی پیدا ہوتی ہے۔ جتنی کہ زیادہ تیز سڑن ہوگی اوسی قدر حرارت بھی زیادہ ہوگی + یہ حرارت مادہ کے ٹکڑون کے آپس مین ایک دوسرے کے ساتھ رگڑنے سے اور جسم کے ساتھ رگڑنے سے پیدا ہوتی ہے۔ نیز خود کارروائی سڑن سے اور اُن تبدلات سے جو کہ سڑے ہوئے مواد مین اسکی وجہ[1] سے ہوتے ہین +

مناسب حالات مین ہر ایک کارروائی جوشش سڑن کی پھر اپنے ہی راستہ پر واپس کرائی جاسکتی ہے اور ایسی سڑن سے جو تمام تبدیلیان شکل مین ہو جایا کرتی ہین اُن مین بھی ایسا ہی کیا جاسکتا ہے + یہ ایک ایسا واقعہ ہے جو ابتک معقول طور سے کبھی سمجھ مین نہین آیا ہے + لیکن مجھے اس بات کی ضرورت ہے کہ آپ کو صرف یاد دلادون کہ قدرت مین برف کیونکر پگھل کر پانی ہو جاتی ہے اور پانی کیون زیادہ گرمی اور ہوا سے بھاپ ہو جاتا ہے۔ اور یہ بھاپ بخارات سے معلوم ہنکر کیسے پھر اکٹھی ہوتی ہے اور نگاہ کو شکل بادل دکھلائی دیتی ہے اور دریاؤن یا چشمون کو پھر بھرنے کے لئے بشکل بارش۔ برف یا اولہ (پتھر) برس کر گرتی ہے اور سخت سردی کی وجہ سے پھر جم کر برف ہو جاتی ہے + اور یہ سب بات محض حرارت کے تفاوت کی وجہ سے ہی ہوتی ہے۔ گرمی کے متواتر بڑھنے نے پانی کی حالت مین یہ تبدیلیان پیدا کین۔ اور بڑھتی ہوئی سردی نے اس کارروائی کو پھر آلٹ دیا۔ ایسی ہی بات جسم کے اندر غیر مادہ کے ترقی کرنے مین واقع ہوتی ہے۔ ایسے ہی حالات پھر اونکو اصل شکل مین تبدیل کردیتے ہین اور اونکو جسم سے خارج کردیتے ہین +

ان چھوٹے چھوٹے نباتاتی اجسام کی یعنی اُن اجسام کی جو کہ جوش سے پیدا ہوتے ہین

نوٹ [1] یعنی کارروائی سڑن سے +

صحیح صحیح خاصیت کا جاننا ہمارے لئے زیادہ دلچسپی کی بات نہین ہے۔ لیکن اس بات کا جاننا ضروری ہے کہ وے اوسی جگہ بڑھتے ہین جہانکہ اونکو زمین موافق ملتی ہے۔ یعنی وہ جگہ جہانکہ وے اشیاء موجود ہین جو کہ سڑ جانے کے لئے طیار ہین۔

جہانکہ ایسی اشیا موجود ہین۔ وہان صرف صحیح قسم کے موسم یا دیگر تحریک کرنیوالے سبب کی ہی جوش پیدا کرنے کے لئے ضرورت ہے + جسم انسانی مین بھی ایسا جوش اول ہی تحریک پر پیدا ہو جاتا ہے یعنی فوراً جبکہ اوس مین کافی مادہ فاسد سڑنے یا جوشش مین آنے کے لئے طیار رہے + ایسا اتفاقیہ تحریک کرنے والا سبب **تبدیل موسم** ہوا کرتا ہے۔ (اسی کی وجہ سے جو عموماً زکام کے نام سے جانے گئے ہین ہوتے ہین) نیز اس غذا کا کھانا جو کہ خصوصاً جوش مین آنے کی قابلیت رکھتی ہے اور جو کہ ہاضمہ کی نالی مین ضرورت سے زیادہ دیر تک قیام کرتی ہے۔ نیز **غصہ۔ خوف۔ زیادہ اضطراب** کو صدمہ وغیرہ + میری تحقیقات سے یہ بات معلوم ہوتی ہے کہ اوبال[1] یا جوش ہمیشہ پیٹ مین شروع ہوتا ہے اکثر یہ دست لاتا ہے اور اچھا ہو جاتا ہے۔ لیکن بارہا خاصکر جبکہ قبض ہے جسم اپنی خود جلدی سے امداد کرنے کی کوشش مین کامیاب نہین ہوتا۔ اور جوش جاری رہتا ہے خاصکر اُن حصون مین جہانکہ فارن میٹر اکھٹا ہو گیا ہے۔

حالت ایسی ہی ہوتی ہے جیسی کہ صفحہ آئندہ پر چھوٹی بوتل مین دکھلائی گئی ہے۔ اوسکی تلی مین کوئی راستہ نکاس کا نہین ہے اور جوش کھاتا ہوا مادہ اسواسطے اوپر کی جانب مونہہ کی طرف کو چلتا ہے + پس اس کے اثر اول ہمکو جسم کے بالائی حصون مین لگتے ہین۔

نوٹ [1]۔ مراد ہے مادہ فاسد کے جوش مین آنے سے ہے۔ ۱۲

ہم کو درد معلوم ہونے لگتا ہے - اس جوش سے گرمی پیدا ہوتی ہے - اور خون میں حرارت کے بڑھنے سے ہم جلد آگاہ ہو جاتے ہیں + یہی وہ چیز ہے جس کو ہم بخار (فیور) کہتے ہیں پس بخار صرف اوسی حالت میں پیدا ہو سکتا ہے جہانکہ مادہ فاسد موجود ہے اور قدرتی نکاس بند ہو گئے ہیں یعنی (۱) جہانکہ معمولی صحیح پاخانہ نہیں ہوتا ہے -

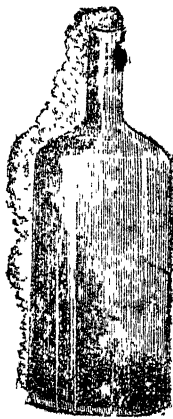
(۲) جہانکہ پیشاب میں قلت ہوتی ہے (۳) جہانکہ مسامات رک گئے ہیں -

(۴) جہانکہ سانس کمزوری سے لیا جاتا ہے +

ان سب باتوں سے ہمکو ایک بہت سادہ وجہ بخار کی ملتی ہے جس کو سال ہا سال کی تحقیقات اور تجربہ نے صحیح ثابت کر دیا ہے -

جسم کے اندر جوش کا ہونا ہی بخار ہے - پس اس کارروائی جوش کی جو کہ اکثر جسم انسان سے علیحدہ دیکھنے میں آتی ہے ایک صحیح تصویر بنا کر ہم بخار کی علامات کو بخوبی سمجھ لیویں گے + مثلاً اگر تازہ نکلی ہوئی شراب کی ایک بوتل چند روز کے لئے رکھدی جائے تو اوس میں ایک قسم کی تبدیلی نظر آوے گی جس کو کہ عموماً لفظ جوش سے نامزد کرتے ہیں + جوش کی خاصیت کے بارہ میں ہم اسقدر جانتے ہیں کہ یہ کسی شئے کے اجزا کے علیحدہ علیحدہ ہو جانے کی کارروائی کا نام ہے - یعنی ایک قسم کی سڑن جس میں کہ (جیسا ذکر کر چکے ہیں) چھوٹے چھوٹے نباتاتی اجسام جن کو کہ **بے سلائی** کہتے ہیں پیدا ہو جاتے ہیں + لیکن یہ بات یاد رکھنے کی ہے کہ یہ **بے سلائی** (جیسا کہ اکثر مان لیا جاتا ہے) محض باہر سے آکر جوش کھاتے ہوئے مادہ میں داخل ہو کر ہی نہیں بڑھتی اور نہ زیادہ پھیلتی ہیں - بلکہ **وے مادہ کی تبدیل صورت ہونے سے بھی** اوسمیں پیدا ہوتی ہیں - گویا کہ **خود ہی اس مادہ کی ایک بدلی ہوئی صورت** ہیں یا کہ

جوش سے پیدا ہوئی شئے ہین۔ سڑن کی کارروائی سے یا کہ شئے کے اجزا کے علیحدہ علیحدہ ہونے کی کارروائی سے اصلی مادہ شکل مین تبدیل ہو جاتا ہے + اسی طور سے زندگی رکھنے والے اجسام اشیاے خوردنی اور نوشیدنی سے عمل ہاضمہ کے جوش کی وجہ سے اونکی شکل بدل جانے کے بعد پیدا ہوا کرتے ہین۔ یعنی ہاضمہ کے جوش کی اس کارروائی سے جو کہ غذا کے اجزا علیحدہ علیحدہ ہوتے ہین اُن سے ہی اونکی جڑ[1] پیدا ہوتی ہے۔

(تصویر بوتل)

اس طریقہ سے ہم قدرتاً اس نتیجہ پر آتے ہین کہ مقررہ حالات مین متواتر تبدیلی[2] کا نام ہی زندگی ہے اور یہ کہ بغیر اُن کارروائیون کے جن کو مین جوش یا سڑن کے نام سے پکارتا ہون یہہ زندگی خیال مین بھی بالکل نہین آسکتی +

نوٹ ۱؎ یعنی زندگی رکھنے والے اجسام کی جڑ جنکا ذکر دو سطر اوپر آیا ہے غذا کے ہی اجزا سے ہوتی ہے +

نوٹ ۲؎ یعنی ہر شئے مین اُسی متواتر تبدیلی سے جان پڑتی ہے جو کہ اوسمین جوش یا سڑن کے ہو جانے سے پیدا ہوتی ہے مثلاً گنے کے رس کو دہوپ مین رکھکر اوسمین گرمی سے سڑن پیدا کر کے جب اوسکا سرکہ بناتے ہین تو آپ دیکھ سکتے ہین کہ اوسمین جاندار جسم کیسے پیدا ہو جاتے ہین۔ دنیا مین اگر بغور ملاحظہ کیجئے تو ہر جاندار کی پیدایش کی یہی کیفیت ہے +

جوش یا سڑن کے اظہارات بیرونی حسب ذیل ہوتے ہین - یعنی اولاً جوش کھاتا ہوا مادہ رقیق شئے سے علیحدہ ہوکر بوتل کی تلی مین بیٹھ جاتا ہے - اب اگر بوتل کو ہلا دیا جاے یا حرارت مین کوئی تبدیلی واقع ہووے تو نیچے بیٹھا ہوا مادہ چلنا شروع ہو جاتا ہے - اور پھیلنے کی جانب میل کے ہونے کا اظہار کرتا ہے + پھیلتے ہین یہ اوپر کو پلٹتا ہے اور ہمیشہ اُس جوش کھائے ہوئے مادہ کی مقدار کے لحاظ سے جو تلی مین جمع ہے اور بلحاظ حرارت (وہ اوپر کو چلتا ہے)

جوش کے سبب کو ہم کو اور زیادہ غور سے دیکھنا چاہئیے - اس بات کو ہر شخص جانتا ہے کہ جَو کی شراب اور انگوری شراب بوتلون مین بند کرکے تہ خانے مین اس غرض کے لئے رکھ دیتے ہین کہ جہانتک ہوسکے اُنمین جوش یا خمیر نہ اوٹھنے پائے - تہخانے کی حرارت موسم سرما اور موسم گرما دونون مین قریب قریب ایک سی ہی رہتی ہے - حرارت مین کوئی تبدیلیان دفعتاً واقع نہین ہوتی ہین - پس تیزی کے ساتھ جوش کے اوٹھانے والے سبب خاص کی کمی ہے - اسی طور سے انسان کے جسم کے اندر جوش یا خمیر گرم موسم مین بہت زیادہ **جلدی** اوٹھتا ہے -

ہمکو معلوم ہے کہ جنوب[1] مین اور منطقہاے حارہ مین مختلف قسم کے حاد بخارات ہمیشہ چھوٹتے رہتے ہین - اور برعکس اسکے ہمارے سرد آب و ہوا مین ہم امراض کو کم پھیلے ہوئے پاتے ہین - گرم ملکون کی آب و ہوا مین زیادہ تیزی کے ساتھ حرارت مین بڑی تبدیلیون کے ہونے سے خاصکر ایسا ہوتا ہے - وہان دن مین تھرمامیٹر (گرمی ناپنے کا آلہ) کا پارہ ایکسو درجہ ہوتا ہے اور شب مین چالیس درجہ پر - حالانکہ ہماری شمالی[2] جگہون مین دن اور رات کی حرارت مین

[1] مراد ہے جرمنی کے جنوبی حصہ سے + [2] مراد ہے جرمنی کے شمالی حصہ سے

فرق ۲۳ درجہ فہرن ہائٹ سے شاذونادر ہی بڑھتا ہے۔ اور معمولاً اس سے کم ہوتا ہے
ہمارے ملک مین بخار اکثر موسم بہار مین پھوٹتے ہین وجہ یہ ہے کہ اوس وقت مین ہم کو حرارت
مین بہت ہی بڑے تفاوت نظر آتے ہین + اور بعض شخصون کو اسمین تعجب معلوم ہوگا کہ
امراض حاد یعنی بچون کی مشہور بیماریان بچون کو خصوصاً کیون ہوا کرتی ہین۔ حالانکہ
زیادہ عمر مین مزمن شکلون کے ہی مرض خاصکر ہوتے ہین + مذکورہ بالا حرارت کی تبدیلی
اس حالت مین بچہ کے جسم کی بڑی قوت سے امداد پہونچتی ہے۔ جو قوت کہ اتنی بڑھی ہوئی
ہوتی ہی کہ اسکو کسی بیرونی تحریک کرنیوالے سبب کی بہت ہی کم یا کوئی ضرورت نہین ہوتی کہ
بچہ کے جسم کو تندرستی حاصل کرنے کے لئے سخت کوشش کرنے کی تحریک کرے
یعنی بذریعہ مرض حاد مادۂ فاسد سے بری ہونے کی کوشش کرے +
وہی صورتین جو کہ پودون مین پیدا ہوتی ہین وے جسم انسان مین معلوم ہوتی ہین + اس مین بھی
جوش کھاتا ہوا مادہ دھڑ کے حصۂ زیرین مین جمع ہوتا ہے اور پھر اوس کو موسم کی

نوٹ ۱؎ حرارت ناپنے کا آلہ ہے۔ فہرن ہائٹ ایک جرمن عالم کا نام ہی جو کہ سترہوین اٹھارہوین صدی مین گذرا ہے جس نے کہ یہ آلہ ایجاد کیا تھا۔ پس آلہ بھی اوسی کے نام سے پکارا جاتا ہے +

نوٹ ۲؎ مراد ہے دن اور رات کی حرارت کے فرق سے +

نوٹ ۳؎ ڈاکٹری مین امراض کی بہ لحاظ اونکی جلدی یا دیر میں پیدائش کے دو قسمین کی گئی ہین۔ انگریزی مین ایک کو اکیوٹ اور دوسری کو کرانک کہتے ہین۔ اکیوٹ کو حاد اور کرانک کو مزمن کہتے ہین۔ اکیوٹ یعنی حاد کا لفظ جب مرض کے ساتھ لگاتے ہین تو مراد ایسی بیماری سے ہوا کرتی ہے جسکا دوران کچھ نہ کچھ تیزی سے ختم ہوتا ہے جسمین جلد صحت ہونے کی قابلیت ہوتی ہے اور جسکی علامات بھی سخت ہوتی ہین۔ مثلاً شدت کا بخار، چیچک، اسہال وغیرہ۔ لفظ مزمن اسکے برعکس معنی مین استعمال کیا جاتا ہے۔ کرانک یعنی مزمن یعنی دیرینہ یعنی جو کہ دیر مین صحت پاتی ہے اور آہستہ آہستہ پوشیدہ طور سے ہی پیدا ہوتی ہے۔ مثلاً سل مختلف قسم کے دماغی عوارض وغیرہ وغیرہ ۱۲

کسی تبدیلی - بیرونی صدمہ یا دماغی جوش کی وجہ سے حرکت ہو جاتی ہے - اس موقع پر بھی اوسکی روش حرکت اوپر کی جانب ہوتی ہے - جوش کھاتے ہوئے اجزا پھیلنے کی طرف میل کرتے ہین اور جسم کو ڈھکنے والی کھال کے مقابل[1] ہین دباو ڈالتے ہین + جب تک کہ جلد ناممکن الگذر رہتی ہے تو اس دباو کو رکاوٹ ملتی ہے + اس طریقے سے رگڑ پیدا ہوتی ہے اور علی ہذا گرمی بڑھ جاتی ہے + بخار کی گرمی کی جس کو سب لوگ جانتے ہین یہ ہی تشریح ہے +

اوسی طریق سے یہ بات بیان کرنا آسان ہے کہ کیون حالت بخار مین کسی شخص کے جسم کا گھیر معمول سے زیادہ ہوتا ہے + کھنچکر بڑھ جانے کی قابلیت رکھنے کی وجہ سے کھال جوش کھائے ہوئے مادّہ کے دباؤ کو قبول کرتی ہے - اور جسقدر کہ دباؤ[2] زیادہ ہوتا ہے اوسی قدر **کھال کا تناؤ** بھی زیادہ ہو جاتا ہے + جبکہ کھال کا تناؤ اوس آخری حد کو پہنچ گیا کہ جس سے اور زیادہ نہین جا سکتا تو بخار اپنی انتہا پر پہونچ گیا ہے اور خطرہ سب سے زیادہ ہے + کیونکہ جوش کھاتے ہوئے مواد کے ٹکڑون مین پھیلنے کا میل ابھی باقی ہے اور وے باہر نہین جا سکتے تو وے جسم کے اندر ہی اپنے لئے جگہ کر لیتے ہین +

یہ کہہ سکتے ہین کہ جسم اندر سے جلتا ہے اور موت لازمی نتیجہ ہے - ضرور اگر جلد ناممکن الگذر ہی رہے + اگر ہم باہر جانے کے راستون (مسامات) کو کھولنے مین کامیاب ہو وین تو خطرہ دور ہو جاتا ہے - کیونکہ اوس وقت جوش کھاتے ہوئے مادّون کو باہر نکلنے کا راستہ ملتا ہے - اور جسم سے بشکل پسینہ دور ہو جاتے ہین + اندرون جسم کو اب آرام ملتا ہے اور حرارت اور

نوٹ[1] یعنی اندر سے جلد پر اپنا زور ڈالتے ہین +

نوٹ[2] یعنی اندر کی جانب سے دباؤ + ۱۲

جلد کا تناؤ فوراً فرو ہو جاتے ہیں +

اس امر کے دکھانے کے لئے کسی الفاظ کی ضرورت نہیں ہے کہ جوش کھاتے ہوئے مادہ سے بھرے ہوئے جسم انسان اور ایسے ہی مادہ سے بھری ہوئی بوتل کے درمیان ہر بات میں مشابہت نہیں ہے ۔ بوتل میں جوش و ابال کو آزادی ہے + مادہ جملہ سمتوں میں بلا رکاوٹ کے پھیل سکتا ہے جب تک کہ وہ چاروں جانب کی اطراف (دیواروں) تک نہ پہونچے + انسان کے جسم کے اندر اُس کو رکاوٹیں ہر جگہ ملتی ہیں - ہر عضو اسکے آگے بڑھنے کے خلاف ہوتا ہے اور اوسکی راہ کو روکتا ہے + روکنے والے عضو پر تب یہ دباؤ ڈالتا ہے اُس کو دھکا دیتا ہے اور اوسپر زور کرتا ہے اس طور سے اوسکے اندر حرارت پیدا کرتا ہے اور اگر اُس کے لئے باہر جانے کا کوئی راستہ نکر دیا جائے یا اوسکی راہ تبدیل نہ کردی جائے تو اُس عضو کو زائل بھی کردیتا ہے + بلحاظ مخصوص مقام ماؤف مرض کو مرض معدہ - مرض پھیپھڑہ - مرض جگر - مرض دل وغیرہ وغیرہ کے نام سے پکارتے ہیں + لیکن ہر فرد کی حالت میں مقام ماؤف کا انحصار اُس راستہ پر ہے جو کہ جوش کھاتے ہوئے مادہ نے اختیار کیا ہے اور اس راستہ کا انحصار مقام اور طریقہ اجتماع (مادہ فاسد) پر ہے +

اِس لئے آگے چل کر میرا یہ کام ہوگا کہ آپ لوگوں کو دکھلاؤں کہ رکی ہوئی جلد کس طور سے کھولی جاسکتی ہے + مگر اول میں ایک دوسری علامت کا ذکر کرونگا + قبل اسکے کہ حرارت شروع ہوتی ہے - ہم ہمیشہ کئی دن تک یا ہفتوں تک یا مہینوں تک بھی ایک علامت (جو کہ ظاہرا علامت مذکورہ بالا کی بالکل ضد ہے) دیکھتے ہیں - یعنی ایک قسم کی سردی محسوس ہوا کرتی ہے + اسکی وجہ بہت صاف ہے یہ جب ہی پیدا ہوتی ہے جب کہ اجتماع

(مادہ فاسد) اسقدر زیادہ ہوگیا ہے کہ خون جسم کے اخیر سرون مین صحیح طور سے آیندہ گردش نہین کرسکتا۔ بلکہ یون کہا جائے کہ اندرونی حصون مین اور بھی زیادہ دب کر جمع ہو جاتا ہے پس وہان بڑی گرمی پیدا ہو جاتی ہے۔

مادہ اس وقت تک (اسمین وقت بہ لحاظ خاص مریض کے تفاوت لگتا ہے) جمع ہوتا رہتا ہے جب تک کہ اُن اسباب مین سے جنکا ذکر کہ ہو چکا ہے کوئی سبب یعنی **تبدیل موسم بیرونی صدمہ یا دماغی جوش** وقوع مین نہ آوے اور اس طریق پر اوس مین جوش (اوبال یا سڑن) نہ پیدا کر دیوے + جمع شدہ مواد دوران خون مین اور قوت پہونچنے مین خرابی ڈالتا ہے۔ خون کی شریان یا نالیان کچھ کچھ رُک جاتی ہین خاصکر اپنی باریک شاخون مین۔ پس خون جلد کی بیرونی طرف نہین جا سکتا + **سرد** ہاتھ اور پاؤن کا اور تمام جسم پر سردی یا پھریری معلوم ہونے کا یہی سبب ہے +

پس پھریری بخار کی آمد کی خبر دینے والی ہے۔ اور اگر ہم اسپر لحاظ نکرین تو ہم بہت ہی بڑی غلطی کرینگے + اگر معقول علاج فوراً کیا جاوے تو بخار پورے طور پر نہین پیدا ہو سکتا ہے گویا کہ اوسکی جڑ ہی کاٹ دی گئی +

اس سے قبل جب اس جوش یا سڑن کی خاصیت کا ذکر مین کر رہا تھا تو مین نے یہ بات کہی تھی کہ ہر قسم کے جوش مین چھوٹے چھوٹے نباتاتی اجسام جنکو **بے سلائی** کہتے ہین از خود دفعتاً پیدا ہو جاتے ہین + بخار مین بھی یہی حالت ہوتی ہے۔ بیسیاں بے سلس (نباتاتی چھوٹے جسم) کی پیدائش کے متعلق جو سوال کہ زیادہ زیر بحث رہ چکا ہے اوس کا

نوٹ ملہ یعنی کھانے سے جسم کو قوت پہونچنے کی کارروائی ہین +

حل بہت آسانی سے ہو جاتا ہے + جیون ہی کہ اُس مادہ مین جو کہ پیڑو مین جمع ہو گیا ہے
جوش آنا شروع ہوتا ہے بے سلائی خود بخود پیدا ہو جاتی ہین - جوش و سٹرن سے
انکی پیدایش ہے اور جبکہ جوش و سٹرن بند ہو جاتی ہے اور جسم تندرست ہو جاتا ہے تو وے
اسی طور سے اپنے آپ غائب بھی ہو جاتے ہین یعنی اُس وقت جبکہ جوش کی حالت نیچے کو
ہونے لگتی ہے -

پس یہ کہنا کہ جسم مین بغیر مادہ فاسد کی موجودگی کے بے سلائی کے ذریعہ سے
کسی قسم کا چھوت کا مرض اوڑکر لگتا ہے - فضول ہے + سوال یہ نہین ہے کہ بے سلائی
کو کیونکر مارا جائے بلکہ سوال یہ ہے کہ جوش یا سٹرن کے سبب کو یعنی مادہ فاسد (خارج شدہ)
کو کیونکر دُور کیا جائے + ایسا کر دینے پر یہ چھوٹے چھوٹے دیو جنھون نے کہ بہت سے
بزدلون کو خوف زدہ کر دیا ہے لازمی طور سے دُور ہو جاتے ہین - آگے چل کر مین اور زیادہ تشریح
کے ساتھ چھوت کے خطرات کا ذکر کرونگا - (صفحہ ۸۳ لغایت ۹۷)

چند سادہ مثالین میرے بیانات کی اور زیادہ وضاحت کرینگی - ایک کمرہ کو جس مین
کہ باوجود زیادہ کوڑا روزانہ جمع ہو جانے کے جھاڑو نہین لگی ہے اور نہ صفائی ہوئی ہے آپ
اپنے خیال مین لائین + بہت ہی جلد ہر قسم کے کیڑے مکوڑے اُس کمرے مین جمع
ہو جاوینگے اور کمرہ کے باشندون کو اسقدر تکلیف دہ ثابت ہونگے کہ ہر طریقے مین اونکے
نیست و نابود کرنے کی کوشش کیجاوے گی - اب اگر ہم پرانے طریقے مین زہر سے اونکے رفع
کرنے کی کوشش کرین تو بیشک ہم بہت سے کیڑون مکوڑون کو مار تو ڈالینگے لیکن کسی طرح یہ
دائمی تبدیلی حالات مین پیدا نکرینگے کیونکہ کوڑا کرکٹ خود اُن کیڑے مکوڑون کا واقعی
پیدا کرنے والا اور بڑھانے والا ہے اور وہ متواتر نئے نئے جھنڈ کے جھنڈ پیدا

کردے گا + لیکن ہمکو بالکل مخالف نتیجہ حاصل ہوگا اگر ہم فوراً اُس کمرے سے تمام کوڑہ کرکٹ
نکال دیوین اور یہ طریقہ جاری رکھنے سے ہم اُن کیڑون مکوڑون کو اونکے موافق عنصر سے
محروم کردیوینگے اور اُن سے ہمیشہ کے لیے نجات پاوینگے۔

ایک دوسری مثال دیتے ہین۔ ایک جنگل کے دلدل دار کنارے کا موسم گرما ہین تصور کیجئے
آپ سب لوگ جانتے ہین کہ مچھر ایسے مقام مین کیسا دق کرتے ہین + آپ سب صاحبان پر
یہ عیان ہوگا کہ اونکے زایل کرنے کے لیئے زہر کے استعمال سے کچھ فائدہ نہوگا + یہ سچ ہے
لاکھون تک مرجاوینگے لیکن کرورون برابر اوس دلدل سے نکلے رہین گے + خود دلدل ان
چھوٹے چھوٹے مفسدون کی جاے پیدائش ہے اور پس اول اس دلدل کو دور کرنا چاہیئے
قبل اسکے کہ مچھرون کا دفعیہ کیا جاسکے + ہم اس امر کو جانتے ہین کہ اونچی خشک جگھون مین مشکل
سے کوئی مچھر زندہ رہتا ہے + اگر کوئی شخص بہت سے مچھرون کو جمع کرے اور ایسے خشک
پہاڑ پر اونکو وہان رکھنے کی غرض سے لیجاوے۔ تو وہ بہت جلد یہ بات دیکھے گا کہ تمام یہ
چھوٹے چھوٹے جانور جو کہ ایسی محنت کے ساتھ وہان پہونچائے گئے تھے اپنے اصلی
دلدل کے گھرون کو واپس اوڑتے جاتے ہین۔ خشک اونچا پہاڑ اون کے لیئے نامناسب
جگہ ہوا۔

تیسری مثال سے یہ معاملہ اور بھی زیادہ صاف ہوجاے گا + آپ لوگ سب اس
بات کو جانتے ہین کہ بے حد گرم ملکون مین (جہانکہ گرمی زیادہ ہونے سے بمقابلہ معتدل
کوہستانی خطون کے بہت ہی مختلف اور بڑے بڑے قسم کے جانور پائے جاتے ہین)
نہایت ضروری اور سب سے بڑی تعداد **گوشت خوار و مردہ خوار جانوران** کی پیدا
ہوتی ہے + اونکے نیست و نابود کرنے کی خواہ کتنی ہی کوشش کیون نہ کیجاوے۔ نئی پود ہمیشہ اونچی

جگہ جو کہ مار دئے گئے ہین پلنے کے لئے پھر پیدا ہو جاوے گی + پس آپ لوگ دیکھتے ہین کہ ایسے[1] جانور صرف اُسی جگہ مین زیادہ ہو جاتے ہین جہانکہ زیادہ جاندار پیدا ہونے کی وجہ سے عفونت بھی زیادہ ہوتی ہے + اگر کوئی چارہ کار قریب موجود نہوتا تو جانوران مُردہ فوراً اپنی عفونت سے ہوا کو زہریلی اور جانوران زندہ کے لئے ناقابل استعمال بناویں + اب یہ بات صاف ہوگئی کہ بڑے بڑے جانور جو کہ گوشت اور مُردار چیزون پر بسر کرتے ہین وہ کس وجہ سے بے حد گرم ملکون کے باشندے ہین اور دنیا کے آخری حصہ شمال مین نہین رہتے جہانکہ سرد ملک کا ہرن بھی جو کہ گھاس وکائی یا سوار پر زندگی بسر کرتا ہے مشکل سے زندہ رہ سکتا ہے۔

پس اگر ہم ان بے حد گرم ملکون کے گوشت خوار و مُردہ خوار جانوران کو نیست و نابود کرنا چاہین تو ہم صرف جب ہی کامیاب ہونگے جب کہ اونکے قایم رہنے کی لازمی باتون کو دُور کردیوین - یعنی اُن دیگر جانوران کے شکار کو جو کہ وہان موجود ہے۔ شکاری جانوران تب اُس مقام سے ازخود غایب ہو جاوینگے + جملہ دیگر طریقے بیکار ہووینگے + لیکن جانور جس قدر کہ زیادہ چھوٹے چھوٹے ہوتے ہین اسی قدر زیادہ مشکل اونکا نیست و نابود کرنا ہو جاتا ہے - اور اس بات کی مضبوط مثال بیسیلائی مین دستیاب ہوتی ہے - ادویات کا استعمال اونکو زہر دیکر نیست و نابود کرنے کے لئے کارگر نہین ہوتا - اونکے وجود کے قایم رہنے کے سبب کو ہی دُور کرکے یعنی جسم سے تمام مادہ فاسد کو خارج کردینے سے ہی ہم اونکو ختم کرسکتے ہین +

نوٹ[1] یعنی گوشت خوار و مُردار خوار +

ان تمثیلات سے ہمنے آپ کو دکھلایا ہے کہ نیچر کس طور سے بڑے طریقے میں عمل کرتی ہے۔ اور اسی عمل چھوٹے طریقے مین بھی ٹھیک اوسی طور سے ہوتا ہے کیونکہ اوسکے تمام قوانین یکسان ہوتے ہین اور مرض کے معاملہ کو وہ اپنے قانون سے مستثنیٰ نہین کرتی + جیسے کہ کیڑے کوڑے۔ جھینگر گوشت خوار۔ و مردہ خوار جانور ان ٹھیک ٹھیک اوسی ہی جگہ پیدا ہوتے۔ زندہ رہتے اور بڑھتے ہین جہان کہ اونکو اپنے موافق باتین ملتی ہین۔ ایسے ہی بخار بھی بغیر ایسی[1] باتون کے قایم نہین رہ سکتا۔ یعنی کہ اسکا وجود ہی نہین ہو سکتا جب تک کہ جسم مین مادہ فاسد کا بار نہو + جیساکہ ہم معلوم کر چکے ہین جوش و سڑن صرف اوسی جگہ کسی وجہ سے پیدا ہو سکتی ہے جہانکہ ایسا مادہ موجود ہے۔ اس کارروائی جوش و سڑن کو ہم بخار کہتے ہین۔

لیکن جبکہ ایک دفعہ ہم کو یہ بات معلوم ہوگئی کہ بخار کیا چیز ہے تو اوسکے لئے علاج کا دریافت کرنا کوئی مشکل امر نہین ہے + جلد کے مسامات جو کہ بند ہوگئے ہین اور جنپر کہ جوش کھاتے ہوئے مواد کے ٹکڑے (اجزا) دباؤ ڈلتے ہین کھولدینے چاہئین۔ اور یہ بات جسم کو صرف پسینہ لانے سے حاصل ہو سکتی ہے۔

جس دم کہ پسینہ پھوٹ کر نکلنے لگتا ہے سڑے ہوئے مواد کے ٹکڑون کو (اجزا کو) رستہ مل جاتا ہے اور جلد کا تناؤ اور بخار کی گرمی دونون کم ہوجاتی ہین۔

لیکن پسینہ نکلنے کے ساتھ مرض کا سبب دور نہین ہوجاتا۔ کیونکہ کسی ایک مرض کی حالت مین جوش صرف ایک جزو مادہ فاسد مین (منجملہ اوسکے جو کہ جسم مین جمع ہے)

نوٹ [1] یعنی اپنی پیدایش کے لئے موافق حالات ہونے کے بغیر ۱۲

آتا ہے۔ لیکن جو کہ خاموش پڑا ہوا ہے۔ بتدریج اجتماع کی وجہ سے بڑھتا رہتا ہے اور
پس بخار کے لئے ایک قسم کا منبع دائمی بنجاتا ہے جو کہ ازسرنو پھوٹ کر نکلنے کے موقع مناسب
کا ہی منتظر رہتا ہے۔ پس ہمارا مقصد یہ ہونا چاہیئے کہ اس مادہ کو نکالین جو کہ خاموش حالت
مین پڑا ہے + اس غرض کے لئے مین نے **فرکشن باتھ**[1] اور **سٹز باتھ** ایجاد کئے ہین
جن کو کہ مین آیندہ بتلاؤنگا۔ جنکی امداد سے کہ جسم کو مادہ فاسد کے خارج کردینے کی تحریک
کی جاتی ہے۔ (صفحہ ۱۵۱ لغایت ۱۶۵)

اوسی کے ساتھ ہر ایک ایسی بات سے پرہیز کرنا چاہیئے جو کہ جسم کے کام مین مخل ہوتی
ہو + مریض کو کافی آرام ملنا چاہیئے۔ مثلاً اُس کو کسی قسم کا جوش نہین آنا چاہیئے۔ کسی چیز
کو پڑھوا کر سننے سے یا بذریعہ گفتگو کرنے کے + یہانتک کہ گلیون مین
آمد و رفت کا غل و شور بھی مضر ہے۔ اور کمرے مین کسی قدر اندھیرا رکھنا چاہیئے
شب کو بھی اوس مین تیز روشنی نہ کرنی چاہیئے۔ مگر اوس مین تازہ ہوا کی آمدورفت ضرور
ہونا چاہیئے۔

جب تک کہ مادہ فاسد کافی طور سے خارج نہین ہوجاتا ہے اُس وقت تک بخار کا
سبب دور نہین ہوتا ہے اور نہ مرض کو شفا ہوتی ہے +

جو کچھ ہم اوپر کہہ آئے ہین اوسپر مختصراً پھر نظر ڈالئے دیجئے تاکہ اوس سے چند ضروری
نتیجے انجام کو نکالے جاوین +

جملہ بیمار شخصون کی حالت مین جسم کی شکلون مین تبدیلیان نظر آتی ہین + یہ تبدیلیان
مادہ فاسد سے پیدا ہوتی ہین + جسم مین ایسے مادہ فاسد کی موجودگی کا نام مرض ہے +

نوٹ ۱؎ یہ دو قسم کے غسل ہین جن کا مفصل بیان غسلون کے باب مین آئیگا + ۱۲

یہ مادہ اُن اجزا سے مِل کر بنتا ہے کہ جنکی جسم کو کچھ ضرورت نہیں ہے۔ اور جو کہ جسم کے اندر بوجہ ہاضمہ ناقص کے رہ جاتے ہیں۔ مادہ فاسد اُن اعضا کے قرب و جوار میں جمع ہوتا ہے جنکا کہ کام بدنی رطوبت کو جدا یا پیدا کرنے کا ہوتا ہے۔ لیکن وقت زمنہ (خاصکر جبکہ اوسمین جوش پیدا ہو جاتا ہے) تمام بدن مین پھیل جاتا ہے جس وقت تک کہ بدنی رطوبت کو جدا یا پیدا کرنے والے اعضا مادہ فاسد کے ایک حصہ کو خارج کرتے رہتے ہین اُس وقت تک جسمانی حالت قابل برداشت رہتی ہے۔ لیکن جب کبھی کہ اونکی چستی و چالاکی مین کمی آجاتی ہے تب زیادہ خرابیان واقع ہوتی ہین + مادہ فاسد کے اکٹھا ہونیکا عمل تکلیف دہ نہین ہوتا ہے گویا کہ یہ ایک پوشیدہ یا مزمن کارروائی ہوتی ہے جو کہ بغیر نوٹس مین آئے ہوئے زیادہ عرصہ تک جاری رہتی ہے۔

ایسے طریق مین مادہ فاسد کے اکٹھے ہونے سے جو امراض کہ پیدا ہو جاتے ہین اون کو ہم امراض پوشیدہ و بلا درد کے نام سے بخوبی بتلا سکتے ہین۔ وے حقیقت مین وہی امراض ہین جو کہ عموماً مزمن یا دیر تک رہنے والے امراض کہلاتے ہین +

مادہ فاسد مین سڑ جانے کی قابلیت ہوتی ہے۔ جوش کا بھی اصلی سبب یہی مادہ ہی ہے اور یہی مادہ وہ جگہ بناتا ہے جسپر کہ **بے سلامی** فروغ پاتی ہین + جوش پیڑو سے شروع ہوتا ہے جہان کہ سب سے زیادہ مقدار مادہ فاسد کی موجود ہوتی ہے۔ لیکن جلدی سے اوپر کو پھیل جاتا ہے[۲] + مریض کی حالت تبدیل ہو جاتی ہے۔ درد معلوم ہونے لگتا ہے اور بخار آنے لگتا ہے + مرض کی ان صورتون کو ہم امراض تکلیف دہ اور طپش پیدا

نوٹ[۱] یہ اعضا جگر۔ گردے۔ انتڑیان۔ جلد اور پھیپھڑے ہین ۱۲

نوٹ[۲] یعنی مادہ فاسد کا جوش پیڑو سے شروع ہو کر اوپر کی جانب جلدی سے پھیل جاتا ہے + ۱۲

کرنے والی بیماریان کہین گئے - یہ وہی ہین جن کو کہ اور طرح سے (امراض) حاد کہتے ہین +

مذکورہ بالا توضیحات سے ہمکو اب یہ اہم نتیجہ نکالنا چاہیئے کہ **مرض کا سبب صرف ایک ہی ہے** - اور **مرض بھی صرف ایک ہی ہے - جو کہ اپنے تئین مختلف شکلون مین ظاہر کرتا ہے** + پس صحیح تو یہ بات ہے کہ مختلف امراض مین فرق کرنا نہ چاہیئے بلکہ محض مرض کی مختلف **شکلون** مین (فرق کرنا چاہیئے) + سرسری طور پر یہ ذکر کر دینا چاہیئے کہ بیرونی چوٹین (جو کہ مذکورہ بالا معنی مین واقعی امراض نہین ہین) انمین شامل نہین ہین - اونکا ذکر مین مشرح آیندہ کرونگا جبکہ زخمون کے علاج کا ذکر کیا جاویگا +

پس یہ **مرض کی وحدانیت** کا مسئلہ ہے جس کو کہ مین مذکورہ بالا تشریحات کی بنیاد پر مضبوط کرتا ہون اور سکھاتا ہون -

اب مین نے وہ طریقہ بتلا دیا ہے جس طریق سے کہ مین اس یقین پر (اور بڑی جرأت کے یقین پر جیسا کہ بہت سے لوگ خیال کرینگے) پہونچا کہ مرض صرف ایک ہی ہے -

نظر کرنے اور اس سے نتیجہ نکالنے کے ذریعہ سے پس ہم ایک ایسی بات پر آگئے ہین جو کہ بیمارون کے علاج کی غرض کے لئے اصلی ضرورت کی شے ہے + لیکن کیا مین اوسکی صحت کو واقعات سے ثابت کرنے کے قابل ہون ؟

زمانہ حال کے سائنس مین ایک ہی قسم کا ثبوت ہے جسکو کہ تمام دیگر ثبوت پر ترجیح دیجاتی ہے اور صرف اس کو ہی یقین دلانے والا خیال کرتے ہین - اور اسکو آزمایشی یا مبنی بر تجربہ کہتے ہین + حالت زیر بحث مین تجربہ صرف اسی طور سے کیا جا سکتا ہے کہ تمام قسم کے امراض کا علاج ایک ہی طریقہ مین کرین - اگر ہمارا بیان صحیح ہے تو متواتر کامیابیان علاج مین حاصل ہونگی + اس قسم کا ثبوت مین دے چکا ہون اور دے رہا ہون + رپورٹ ہائے شفایابی مین

جو اس کتاب کے ضمیمہ میں مندرج ہیں آپکو ان تجربات کے نتیجون کا خلاصہ ملیگا +
اس موقع پر ایسے جلسہ میں یہ بیشک غیر ممکن ہے کہ آپکے روبرو جملہ قسم کے مریضون کو مشورہ
دیا جاوے اور اونکا علاج کیا جاوے + اور اونکی حالتین - اونکی شکلون میں - اور اونکی
قابلیتون میں جو تبدیلیان واقع ہووین اونکو دکھلایا جاوے اور علاج میں جو ترقی اونکو حاصل
کی ہو اوسکی نسبت ان سے رپورٹ لے حاصل کیجاوین +

اس موقع پر لکچر اسے ذیل مین - مین صرف اسی قدر کر سکتا ہون کہ آپکی توجہ مرض کی ان
خوفناک اور اکثر ظہور مین آنے والی شکلون کے سلسلے پر مائل کرون جنسے کہ لوگ بہت آشنا
ہین اور اونکا سبب بشرح بیان کرون اور اس راستہ کو بھی دکھلاتا چلون جسپر کہ شفا کا
گزر ہوا ہے - اور ساتھ ہی جہانتک کہ ممکن ہو اپنے مطب سے مثالین پیش کرون تاکہ ہر حالت
مین یہ آپکو صاف معلوم ہو جائے کہ کیونکر ہر ایک علیحدہ علیحدہ مرض کا سلسلہ ایک ہی یکسان
سبب سے ملایا جا سکتا ہے -

مین اپنے دوسرے لکچر مین ان بیماریون کا ذکر کرونگا جو کہ عام طور سے بچّون کی
بیماریون کے نام سے جانی گئی ہین -

بچّون کے امراض کی خاصیّت - پیدائش - غرض اور اونکا علاج اور اونکا ایک ہونا یعنی وحدانیت

میزلس (خسرہ) اسکارلیٹ فیور (سرخ بخار) ڈفتھیریا[۱] - اسمال پاکس (چیچک سیتلا) ہوپنگ کاف (کوکر کھانسی یا کالی کھانسی) - اسکروفیولا (خنازیر گنٹھ مالا)

لیڈیز اور جنٹلمین!

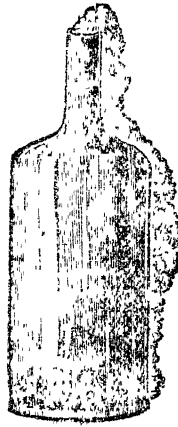
مادّہ فاسد کے جسم مین موجود ہونے کا نام مرض ہے۔

یہی خاص نتیجہ اُن باتون سے ہمنے حاصل کیا تھا جو کہ آخر لکچر مین آپ لوگون کو بتلائی گئی تھین + مادۂ فاسد کیا تو وقت ولادت سے ہی موجود ہوتا ہے یا بعد کو مضر اشیا کے اندر پہونچنے سے (جسم مین) داخل ہوتا ہے + اس مادّہ کو جسم بذریعہ انتڑیان - پھیپھڑے - گردے اور جلد خارج کرنیکی کوشش کرتا ہے - اور جب اس عمل مین ناقابل ہوجاتا ہے تو جہان کہین کہ ہوسکتا ہے

نوٹ [۱] یہ لفظ اصل مین یونانی زبان کا ہے - اور لفظی معنی جھلی کے ہین - یہ ایک چھوت دار شدید بیماری ہے جسمین کہ ہوا کی نالیون مین اور خصوصًا حلق مین ایک کاذب جھلی کی تہ مقامی سوزش سے نکلے ہوے مواد کے جم جانے سے پیدا ہوجاتی ہے - اس مرض مین نقاہت زیادہ ہوجاتی ہے اور اکثر دیگر امراض بلکہ پیچیدگیان پیدا ہوجاتی ہین مثلاً فالج ہوجاتا ہے - یہ مرض بچون کو زیادہ ہوجاتا ہے اور جھلی سے ہوا کی نالیان رک جانے کی وجہ سے دم گھٹ کر موت واقع ہوجاتی ہے - زیادہ کیفیت اسکی اور ڈاکٹری مین اسکی کوئی خاص دوا نہونا ڈاکٹری کتابون سے معلوم ہوسکتا ہے - ۱۲

اسکو جمع ہونے دیتا ہے + اس طریق مین جسم کی شکل تبدیل ہو جاتی ہے۔ جیسا کہ سب سے تنگ حصّون یعنی گردن اور چہرہ مین بخوبی دیکھا جا سکتا ہے۔

اسکی تشریح کے لئے اول اُس جوش کھاتے ہوئے مادّہ کی بوتل کی جس کا ذکر کہ ہو چکا ہے اور جسکی تصویر کہ دوسرے ہی صفحہ پر بنی ہے تمثیل لیجئے + اُس وقت تک جب تک کہ بوتل کا مُنہ کھلا ہوا ہے۔ جوش کھاتے ہوئے مادہ کے لئے باہر نکلنے کا راستہ صاف ہے مگر فرض کیجئے کہ ایک بڑھنے والی اور خالی ٹوپی اُس بوتل کے مُنہ پر ایسی باندہ دیجائے کہ اندر کی ہوا باہر نہ نکل سکے + جسقدر کہ زیادہ زیادہ جگہ کی اُس جوش کھاتے ہوئے مادہ کو ضرورت ہوتی جائے گی۔ اوسی قدر زیادہ زیادہ وہ ربڑ جو کہ پہلے سکڑی ہوئی تھی سخت ہوتی جائیگی تناؤ کی زیادتی سے اُس بڑہنے والی ٹوپی کے پھولنے مین بھی جلد زیادتی پیدا ہوگی + اگر آپ بجائے کانچ کی بوتل کے ایک ایسی بوتل کو خیال مین لائین جو کہ پھیل جانے کی قابلیت رکھتی ہو۔ اور جسمین کہ جوش کھاتا ہوا مادّہ صاف معلوم ہوتا ہو تو ایسی حالت مین آپ کو جسم انسان سے زیادہ مشابہت رکھتی ہوئی چیز تمثیل کے لئے ملے گی + اس حالت مین آپکو دکھلائی دیگا کہ اس تناؤ کا اثر کل بوتل پر کس طور سے ہوتا ہے اور کس طور سے بوتل کی شکل مین تبدیلیان اس جوش کئے ہوئے مادّہ کے دباؤ سے ہی واقع ہوتی ہین + جسم انسانی کی بھی یہی کیفیت ہے فرق محض اسقدر ہے کہ اسکے اندر کی تمام جگہ کھلی اور خالی نہین ہے بلکہ ہر جگہ اعضا واقع ہین جنکے اندر کو کیا تو (جوش کھاتے ہوئے مواد کا) اولاً گذر ہونا چاہیے یا اونسے بچکر ایسے مواد کو) چلنا چاہئیے کیونکہ جوش کو آزادی کے ساتھ پھیلنے سے وے (اعضا) روکتے ہین جسم کے اندر جوش کی اصلی جگہ یعنی خزانہ پیڑو ہے۔ جیسا کہ بوتل مین یہ جگہ اوسکی پیندی (تلی) مین ہوتی ہے + لیکن دیگر باتون کے لحاظ سے دونون صورتون مین شکل کی تبدیلیان ٹھیک

ٹھیک ٹھیک ایک ہی طریقہ مین پیدا ہوتی ہین +

مادہ فاسد مین جو کہ جسم کے اندر جمع ہوتا ہے ایک قسم کی تبدیلی واقع ہوتی ہے - اس مین جوش آتا ہے اور جوش کھاتا ہوا مادہ تمام جسم مین پھیلتا ہے + پس جوش یا سٹرن سے گرمی بھی پیدا ہوتی ہے اور تمام جسم کو تحریک ہوتی ہے - اس حالت کو ہم "بخار" کہتے ہین + اگر یہ سٹرن خصوصًا اندرونی حصون مین واقع ہوتی ہے تو حرارت بھی خاصکر اندرونی ہی ہوتی ہے بیرونی حصے سرد رہتے ہین + بمقابلہ بخار کی حالت کے یہ حالت زیادہ خطرناک ہے -

سردی جیسا کہ ہم کو معلوم ہے ہمیشہ بخار کے قبل ہوتی ہے اور یہ ایک ضروری بات ہے کہ اس سردی کی حالت کو بخار مین تبدیل کر دیوین - یعنی اندرونی بخار کو باہر نکال لاوین اور جوش کھاتے ہوئے مادہ کو سطح پر لاوین + اگر (ایسا کرنے مین) ہم کامیاب نہین ہوتے تو بخار سے کوئی خطرناک مرض پیدا ہو جاتا ہے - یا موت بھی واقع ہو جاتی ہے - کیونکہ ایسی حالت مین یہ کہنا چاہیئے کہ اندرونی اعضا جل گئے ہین یا کہ (اگر اس نوبت کے پہونچنے کے

سڑن بند ہو گئی ہے) اونمین مواد فاسد بہت زیادہ بھر گیا ہے۔

قبل اسکے کہ بچّون کے امراض کا ذکر کرنا شروع کرون مین نے یہ ضروری سمجھا ہے کہ اس معاملہ پر پھر آپکی توجہ دلاؤن اور اسکا ذکر مشرح کرون[1] + اب اس مضمون (بچّون کی بیماریون) کی طرف ہم آتے ہین +

بچون کی بیماریون سے مراد بہت سی بخار کی قسم بیماریون سے ہے جو کہ زیادہ تر بچّون مین عام طور پر ہوتی ہین + مین آپ کو یہ بات دکھلاؤنگا کہ کس طور سے **ان تمام بیماریون کی مشترکہ جڑ ایک ہی ہے۔ پس بات یہی ہے کہ ان امراض کی وحدانیت** (آپس مین ایک ہونے) **کو بخوبی سمجھ لیا جاوے** + پس ہر ایک کو کسی خاص نام سے تمیز کرنا ہمارے لئے قطعی ضروری نہین ہے۔ بلکہ یہ غلطی مین ڈالنے والا ہوتا ہے + یہ امراض بھی صرف اسی وقت ظاہر ہو سکتے ہین جب کہ جسم مین ضروری جوش کھاتا ہوا مواد موجود ہو + اکثر بچے ایسے مواد کا بار لئے ہوئے دنیا مین آتے ہین۔ پس ہر بچہ ان امراض میں سے ایام طفولیت مین کسی ایک یا زیادہ مرض مین مبتلا ہو جاتا ہے + یہ بات مین پیشتر بیان کر چکا ہون کہ بچون مین بمقابلہ بالغ آدمیون کے کیون حاد امراض (تیز امراض) زیادہ ہوتے ہین لیکن (مرض کا اسکے ہونے سے پہلے ہی) روکنا ممکن ہے + مین آپ کو ایک تمثیل دیکر بتلاؤن گا کہ یہ کیونکر ایسا ہو سکتا ہے + قصبے اور دیہات کو بربادی کے احتمال سے روکنے کی غرض سے اُن مین بارود یا اُڑا دینے والے دیگر اشیا کے بڑے بڑے ذخیرون کے رکھنے کی اجازت نہین دی جاتی ہے + ہم اس بات کو جانتے ہین کہ باوجود بہت ہی ہوشیاری کے

نوٹ [1] یعنی جس معاملہ کا ذکر کہ باب ہذا مین اس فقرہ کے قبل کیا جا چکا ہے + ۱۲

کمبخت چنگاری کسی نہ کسی وقت اوس مین شاید جا لگے + اب مین یہ دریافت کرتا ہون کہ ہم لوگ کیون اسقدر ہوشیار اپنے جسم کے بارہ مین نہین بنتے ؟ ہم کیون اونکو متواتر مادۂ فاسد سے بھرتے ہین جو کہ دفعتہً پھوٹ نکلتا ہے ؟ بلکہ ہم کیون موجودہ مادہ کو علیحدہ کرنے کے لئے تکلیف گوارا نہین کرتے ؟ یقینی بات ہے کہ پھوڑے پھنسیان جسم کو ہمیشہ ضائع کرنیوالی نہین ہوتین تاہم اُن سے موت واقع ہوجاتی ہے خصوصاً جبکہ جوش کھاتے ہوئے مادہ کو باہر جانے کا کوئی راستہ نہین ملتا۔

اب ہمکو امراض ایام طفولیت کے طریقے کا مشرح پتہ لگانے دیجئے۔ مین ایسا کرنے مین اونکے معمولی نام رہنے دونگا۔ کیونکہ گو ہمارے نزدیک اونکی کوئی خاص قیمت نہو (مگر) وہ مرض کی مخصوص شکلون کا اچھے طور سے نشان دیتے ہین +

جیسا کہ ہم جانتے ہین بچون کے امراض بہت سی مختلف شکلون مین پیدا ہوتے ہین۔ اور مختلف وجہ کے خطرے اونکے ساتھ لگے رہتے ہین۔ پس یہ امر آسان معلوم نہین ہوتا کہ ہر حالت مین صحیح علاج دریافت کیا جاوے + اب مین آپ کو صاف طور سے یہ سمجھانیکی کوشش کرتا ہون کہ ان امراض مین آپس مین کیا کیا فرق ہین۔ اور اونکا علاج کامیابی سے کیسے ہوسکتا ہے + لیکن سب سے پیشتر مین آپ کو یہ بات یاد دلاتا ہون کہ بیماری کی مختلف مختلف صورتون مین بھی ہمیشہ دو بڑی علامات موجود رہتی ہین یعنی **گرمی** اور **سردی** الگ الگ علامات کی تشریحات کے سمجھنے کی غرض سے مہربانی فرماکر اس بات کو ضرور یاد رکھئے +

خسرہ ۔ ایک بچہ کو جو کہ خسرہ مین مبتلا ہو خیال مین لائے سب سے اول ہم اوس کو بیچین پاتے خواب سے گرم و خشک جلد کے پاتے ہین۔ معمولی گفتگو مین کہین گے کہ "بچہ کو بخار ہو رہا ہے" مگر کوئی اوسوقت تک یہ نہ کہہ سکے گا کہ یہ مرض کس قسم کا ہے + مگر یہ امر کہ دیگر

بچون کو خسرہ نکل رہی ہے خیال کو اس طرف لیجاتا ہے کہ یہ بھی اوسی قسم کا وقوعہ ہے + باوجود ان باتون کے ہم فوراً علاج شروع کرسکتے ہین + بخار کے ہمارے اصول سے اوسکے علاج کا طریقہ بہت صاف صاف نکلتا ہے۔

بخار کو محض طریقہ ذیل مین ہی دور (شانت) کرسکتے ہین۔ ہم کو جلد کے مسامات کھولنے کی کوشش کرنی چاہیئے تاکہ جسم کو پسینہ آجاوے + اسی کے ساتھ کسی ٹھنڈک پہونچانیوالے وسائل سے ہمکو گرمی کھینچ لینی چاہیئے۔ اول ہی پسینہ نکلنے کے بعد بخار کم ہوجاوے گا۔

اس علاج کرنے پر بہت سے موقعون پر تو خسرہ درحقیقت نکلے ہی گی نہین + گویا یون کہنا چاہیئے کہ مادہ فاسد (فارن میٹر) کو ایسی شکل مین لیجائین گے اور خارج کردینگے کہ اوسکو کسی خاص مرض کے نام سے نامزد نہین کرسکتے۔ جسم سے بذریعہ قدرتی آلات اخراج مواد بحالت پسینہ۔ پیشاب۔ ازراہ امعا (انتڑیان) وہمراہ سانس (اوسکو) خارج کرینگے + لیکن اگر ہم ایسا کرنا صحیح وقت مین بھول جاوین۔ تو ہم کو معلوم ہے کہ خسرہ نہایت مرض (?) ہون کی شکل مین ظاہر ہوکر پھوٹ نکلے گی + جتنی کہ زیادہ خسرہ نکلے گی (یا یون کہنا بھی وہی بات ہے کہ جسقدر زیادہ تیزی کے ساتھ جوش کھاتا ہوا مادہ فاسد جلد مین کو نکلتا ہی) اوسی قدر بچے کی زندگی کمتر خطرہ مین آتی ہے + برعکس اسکے جسقدر کہ کم اور ہلکی خسرہ نکلے گی اوسی قدر اندرونی اعضا مین گرمی پیدا ہوجانے کی وجہ سے خطرہ بھی زیادہ ہے۔ کیونکہ ایسی حالت مین جوش کھاتے ہوئے مادہ کے ٹکڑے انکو (اندرونی اعضا کو) جلا دیتے ہین + پھیپھڑون کی سوزش بہت آسانی سے تب پیدا ہوسکتی ہے۔ اور بچہ فوت ہوجاتا ہے۔ نہ اس وجہ سے کہ اوسکو خسرہ نکلی تھی بلکہ اس وجہ سے کہ خسرہ اسکو بخوبی نہین نکلی تھی۔

خسرہ کو پورے طور پر آرام کرنے کے لئے ہمکو قدرتی راستے یعنی جلد۔ گردے اور

استریان کھولنی چاہئیں اور جسم کو ٹھنڈک اُس وقت تک پہونچانی چاہیئے جب تک کہ
اندرونی گرمی بالکل رفع نہو جاوے۔ اس سے ہاضمہ بھی درست و باقاعدہ ہو جاوے گا۔
فریکشن ہپ باتھ و فریکشن سٹز باتھ جو کہ مواد کو جڑ سے نکالنے کا اثر رکھتے ہین
اونکے ذریعہ سے ٹھنڈک پہونچائی جا سکتی ہے + (صفحہ ۶۰ تا ۶۵) پسینہ بہت صفائی اور بہت
آسانی سے لایا جا سکتا ہے۔ اگر مان بچہ کو شب کے وقت اپنے ہی پاس سولائے اور اپنے ہی
جسم کی گرمی سے اوس کے پسینہ نکلنے مین اس طریق پر امداد کرے + دوسرے طور پر اکثر
بچہ کو پرون کے گدے یا کمبل لگے ہوئے بڑے پلنگ پر اڑھا کر لٹا نا ہی کافی ہو جاتا ہے + اس امر
کی خبر رکھنی چاہیئے کہ اوپر کی کھڑکیان کھلی رہکر تازہ ہوا کی آمد شب و روز قایم رہتی ہے + اگر
اس طریق پر کامیابی حاصل نہو تو ایک **اسٹیم باتھ** ضرور لینا چاہیئے + یہ عمل بہت آسانی کے
ساتھ بذریعہ اُس آلہ کے ہو سکتا ہے جس کو کہ لپیٹ کر رکھ سکتے ہین اور جس کے ساتھ مین کہ
بھاپ نکلنے کے برتن بھی جو مین نے بنائے ہین موجود رہتے ہین + لیکن
ضرورت مین غسل دوسرے مختلف طریقون سے بھی لیا جا سکتا ہے + (صفحہ ۱۴۳ تا ۱۴۵)
ہر ایک اسٹیم باتھ کے بعد مریض کو ایک فریکشن ہپ باتھ دیکر ٹھنڈک پہونچانی چاہیئے۔
جبکہ ہم بچہ کو پسینہ لانے مین کامیاب ہو جاوینگے تو اوسکی حالت بھی بہت زیادہ اچھی ہو جاویگی۔
اور اگر بخار لوٹ آوے تو ٹھنڈک پہونچانے والے **فریکشن ہپ** اور **سٹز باتھ** پھر دینے
چاہئیں۔ اور اسکے بعد بچہ کو بستر پر لٹانا چاہیئے تاکہ پسینہ آجاوے۔ ٹھنڈک پہونچانے
اور پھر گرمی لانے کا عمل اس طریق پر جب بخار نمودار ہو تب کرنا چاہیئے۔
جبکہ سر آنکھ یا کسی خاص حصہ جسم کی طرف (بخار کا) زور خاصکر زیادہ ہے تو سب سے
اول ہم کو چاہیئے کہ ایک **مقامی اسٹیم باتھ** اس حصہ کا جس مین کہ مواد فاسد بھرا ہے

دیگر ایسے زور کو کم کرین + جیون ہی جلد پر پسینہ آنا شروع ہو گا اُس حصہ جسم کو فوراً آرام پہونچے گا اور جوش کھاتے ہوئے مادہ سے کسی عضو کے ضائع ہو جانے کا خطرہ دور ہو جاویگا + ایسے جزوی[1] اسٹیم باتھ کے ہر دفعہ لینے کے بعد ایک فریکشن سٹز یا ہپ باتھ جسم کو ٹھنڈک پہونچانے اور اُس کو تسکین دینے کے لئے ضرور دینا چاہیے۔

اس وقت اگر آپ اُن سب باتون پر جو مینے بخار اور خسرہ کے بارہ مین بیان کی ہین غور کرین تو آپ کو معلوم ہو جاوے گا کہ یہ مرض مادہ فاسد کی ایک زیادہ مقدار کے جسم مین پوشیدہ حالت مین پڑے رہنے سے (جو کسی نہ کسی سبب سے سڑنے لگتا ہے) پیدا ہوتا ہے + اس طور سے بخار ہوتا ہے۔ اور مرض کی وہ شکل جس کو کہ خسرہ کہتے ہین پیدا ہو جاتی ہے + پس آپ لوگ دیکھتے ہین کہ خسرہ ٹھیک ٹھیک اوسی طریق مین پیدا ہوتی ہے جس طریقہ مین کہ کوئی دوسرا بخار + اور آگے چل کر مین آپ کو یہ بات دکھلاونگا کہ تمام دیگر شکل کے امراض کا (جنپر کہ مین گفتگو کرنا تجویز کرتا ہون) کس طور سے ایک ہی سبب[2] سے سلسلہ ملایا جا سکتا ہے (رپورٹ ہائے شفایابی حصہ چہارم مین اصلی خطون کی نقول کو ملاحظہ فرمائے)

اسکارلیٹ فیور (سرخ بخار):- بچہ مبتلائے اسکارلیٹ فیور مین وہی ضروری حالات نظر آتی ہین جو کہ کسی بچہ مبتلائے خسرہ مین۔ مگر بخار معمولاً بہت زیادہ تیز ہوتا ہے۔ پس والدین کو فکر زیادہ ہو جاتی ہے۔ اور اس (فکر) کی وجہ ہوتی ہے۔

- سرخ بخار مین جلد پر دھبے نظر آتے ہین اور اون کے سرخ رنگ سے اس مرض کو سرخ بخار

نوٹ [1] کسی خاص مقام جسم کا مثلاً سر یا ہاتھ یا پیٹ کو بھاپ سے غسل دینا۔ غسلون کے بیان مین مفصل معلوم ہوگا۔ (صفحہ ۱۴۴ لغایت ۱۴۸)

نوٹ [2] یعنی ایک ہی باعث سے پیدا ہوتی ہین +

سکتے ہین۔ اول دھبے چھوٹے ہوتے ہین مگر رفتہ رفتہ ایک دوسرے سے ملکر قد مین بڑھ جاتے ہین - یہ پھنسیان تمام جگہ جسم پر مثل خسرہ نہین نکلتین - اکثر جسم کے ایک حصہ پر ہی نکلتی ہین - سر- سینہ - اور پیڑو پر خاصکر نکلتی ہین اور پاؤن کم وبیش اُن سے خالی رہتے ہین + آخر الذکر (یعنی پاؤن) اکثر سرد رہتے ہین حالانکہ بقیہ جسم سخت بخار مین مبتلا ہوتا ہے + سُرخ بخار مین سر اور دل پر بہت زیادہ اثر پڑتا ہے - اور یہ اکثر ہوتا ہے کہ اس مرض مین مبتلا بچے آنکھ اور کانون کے درد کی شکایات کیا کرتے ہین +

یہ علامات اب آپکی سمجھ مین آسانی سے آوینگی + وہ حالت جس کا کہ ذکر مشرح ہوچکا ہے پیدا ہوگئی ہے - جوش کھانے کی حالت مین ہوکر مادہ فاسد نے پیڑو سے صرف اوپر کی سمت مین ہی اپنا راستہ بنا لیا ہے یعنی گردن اور سر کی طرف کو - اور صرف وہی مادہ فاسد جو کہ بالائی حصہ جسم مین جمع تھا تیزی سے سڑنا شروع ہوگیا ہے + جسقدر کہ زیادہ چھوٹا وہ حصہ جلد کا ہوتا ہے جو کہ مواد فاسد کے خارج کرنے مین پھنسی نکال کر امداد کرتا ہے اوسی قدر خطرہ بھی زیادہ ہوتا ہے -

لیکن خاص سوال اب بھی باقی ہے - یعنی کہ تیزی کے ساتھ اور حکمی امداد ہم کیا بات کرکے پہونچا سکتے ہین ؟ اول ہم کو اس بات مین ہوشیاری چاہیئے کہ آنکھ اور کانون کے دوامی نقصان پہونچنے کے خطرہ کو ہٹا دین - سر کو بخوبی بھاپ دیکر جلد کے مسامات کھولنے سے یہ بات ہمکو حاصل ہوسکتی ہے + کل جسم کے اور حصہ جسم کے بھاپ سے غسل دینے کا طریقہ (صفحہ ۱۳۸ لغایت ۱۴۸ پر بیان کیا گیا ہے) جیون ہی کہ سر بخوبی نم ہوجاتا ہے تو مسامات کھل جاتے

نوٹ لے یعنی پیرون کا سرد ہونا - آنکھ اور کان مین درد کی شکایت ۱۲

ہین۔ درد بند ہو جاتا ہے۔ اور اول خطرہ دُور ہو جاتا ہے + لیکن اکثر ایسا ہوتا ہے کہ سر کے لئے ایسے بھاپ کا غسل دینا کئی کئی بار ضروری ہوتا ہے۔ کیونکہ درد بسا اوقات تھوڑے ہی عرصہ بعد لوٹ لوٹ آتے ہین + اگر ہم اس بات کی فکر نہ کرین کہ جوش کھاتا ہوا مادہ کسی اور دوسرے راستہ سے نکالدیا جاوے تو فی الحقیقت درد متواتر تھوڑے تھوڑے عرصہ کے بعد لوٹ آتا ہے + **پیرو کے لئے ٹھنڈ پہنچانیوالا** فریکشن[1] ہاتھ لے کر ایسا کیا جاسکتا ہے۔ اس طریقے ہین انتڑیون اور گردون کے راستہ سے اور جلد کے راستہ سے بھی مواد خارج ہو جاتا ہے + بخار کے شروع ہی سے ہاضمہ بلاشبہ صحیح نرہا ہوگا۔ نہ اوسکے قبل صحیح رہا ہوگا۔ خواہ اس بات کا والدین نے خیال کیا ہو یا نہ کیا ہو۔ بخار کی وجہ سے وہ لیس دار شے جو کہ آلات الہضم سے نکلتی رہتی ہے خشک ہو جاتی ہے۔ اُن[2] مین خشکی آجاتی ہے۔ وے اپنا کام آئندہ نہین کرسکتے اور **قبض** اسکا ضروری انجام ہے + مذکورہ بالا ٹھنڈک پہونچانے اور اوسکے ساتھ ملنے[3] کا ایک بہت عمدہ اثر ہاضمہ پر پڑتا ہے۔ زیادہ عرصہ گزرنے نہ پاویگا کہ پاخانہ کھُل کر آوے گا۔ یہ ہمیشہ اس بات کی علامت ہے کہ سُرخ بخار موافق طریقہ اختیار کرے گا + لیکن سرخ بخار کے مریضون کی حالت مین قریب قریب ہمیشہ زیادہ وقت اور علاج ہائے مذکورہ کے اچھی طرح سے کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ قبل اسکے کہ کامیابی حاصل ہووے + یہ ایک دوسرا ثبوت اس امر کا ہے کہ (اسکارلیٹ فیور مین) بمقابلہ خسرہ کے زیادہ مادہ فاسد موجود ہوتا ہے۔

نوٹ [1] یعنی فریکشن ہپ باتھ سے مواد فاسد دوسرے راستہ سے نکال دیا جاتا ہے +

نوٹ [2] مراد ہے آلات الہضم سے + نوٹ [3] فریکشن ہپ باتھ مین پیڑو کو اندر پانی کے ملتے ہین مفصل کیفیت اسکی صفحہ ۱۵۲ پر معلوم ہوگی +

آپ دیکھتے ہین کہ اسکارلیٹ فیور (سُرخ بخار) بھی جسم مین موجودہ مادّہ فاسد کے جوش مین آکر بخار کر دینے سے پیدا ہوتا ہے + اس موقع پر صرف جوش کھاتے ہوئے مادّہ کی مقدار زیادہ ہے۔ اس وجہ سے بخار زیادہ زور کا ہوتا ہے اور جوش بھی اوپر کی جانب دُور تک پھیلتا ہے + پس اس مرض کا سبب بھی وہی معلوم ہوتا ہے جو کہ تمام بخارون کا مشترکہ سبب ہے + سُرخ بخار کے علاج کی شرح کیفیت مین اپنے مطب سے ایک تمثیل کے ذریعہ سے بتلاؤنگا۔

شہر لیپزگ مین ایک دستکار (کاریگر) کا لڑکا عمر دو سال و لڑکی عمر سات سال سُرخ بخار مین مُبتلا ہوئے اور اونکے خاندان کے مقررہ حکیم نے مرض کو بہت ہی سخت بتلایا۔ جس سے صحت یابی مین چھ یا آٹھ ہفتے درکار ہونگے + مسٹر ڈبلیو نے جنھون نے کہ میرا بھاپ سے غسل دینے کا آلہ خود اپنے ہی استعمال کے لئے خرید کیا تھا۔ مجھ سے اپنے بچون کے بارے مین مشورہ لیا۔ علاج بذریعہ ادویات جو اونکے خاندان کے ڈاکٹر نے تجویز کیا تھا ذرا دقّت طلب نظر آیا + بچون کا امتحان کرنے کے بعد مین اونکے باپ کو یہ تسلی بخش اطمینان دلا سکا کہ میرے علاج سے مرض قریب ایک ہفتہ کے اندر رفع ہو جاوے گا + اس علاج کے سوائے جسکا مین اوپر ذکر کر چکا ہون میرے پاس کوئی دوسرا علاج نہ تھا۔ بچون کو روزانہ ایک **اسٹیم باتھ** اور اوسکے بعد فوراً ایک **فریکشن ہپ باتھ** ۷۰ یا ۷۲ درجہ فہرن ہائٹ کی حرارت کے پانی مین دیا گیا + اور جب کبھی کہ بخار بہت زور کا ہو گیا تب ہی ایک ہپ باتھ دیا گیا بلکہ ابتدا مین تو ہر دو گھنٹہ بعد ایسا کرنا پڑا + یہ ظاہر ہے کہ اس حالت مین بھی **غذا کی طرف توجہ** خاص کرنا پڑی۔ کیونکہ یہ یقینی بات ہے کہ گوشت وغیرہ کے بنے ہوئے مسالے دار

اور محرک کھانے بخار کو بڑھاتے ہین اور اُسکا آرام کرنا زیادہ مشکل کردیتے ہین +
اس لئے بچون کو محض روٹی گیہون کی بغیر چھنے آٹے کی لیسی اور کچے یا ابلے ہوئے
پھلون پر رکھا گیا۔ اور اونکو صرف اوسی وقت کھانے کی اجازت دیجاتی تھی جبکہ وہ واقعی
بھوکے ہوتے تھے + جیساکہ مین نے پیشتر ہی کہدیا تھا بچے ایک ہی ہفتہ کے اندر صحت
پاگئے۔ اونکے ماں باپ خوش ہوئے۔ اور خاندان کے ڈاکٹر نے جس نے کہ کہا تھا کہ ایسی
جلدی کی شفا ضرور گردون کا مرض پیدا کردیگی۔ مجبوراً بعد کو تسلیم کرلیا کہ بچے کامل طور سے
صحت پاگئے تھے +

ڈفتھیریا۔ لفظ ڈفتھیریا ہر والدین کے لئے دہشت دلانیوالا لفظ ہے۔ کیونکہ وہ بڑا
خطرہ جو اس مرض کے ساتھ مین لگا رہتا ہے بہت مشہور ہے + مذکورۂ بالا امراض کے مقابل
اسکی بیرونی علامات کچھ مختلف ہوتی ہین۔ لیکن بخار بھی اوسکی ایک ضروری نشانی ہے +
یہ سچ ہے کہ بعض وقت بخار ظاہرا بالکل ہلکا ہوتا ہے۔ خاصکر اُن بچون کی حالت مین جو کہ
غفلت مین پلنگ پر پڑے رہتے ہین اور صرف سانس لینے مین ہی دقت ہونے کی شکایت
کرتے ہین + درحقیقت ٹھیک ایسے ہی بچے وہ ہوا کرتے ہین جو کہ بااوقات بہت
سخت بیمار رہتے ہین + ان حالتون مین اندر کی جانب بخار زیادہ تیز ہوتا ہے۔ جلد
قریب بالکل کام نہین کرتی۔ انتڑیان۔ اور گردے سُست ہوجاتے ہین +
تاہم جوش کھاتے ہوئے مواد کے ٹکڑے باہر کی سمت کو زور کرتے ہین۔ کیونکہ اندر
اونکے لئے جگہ نہین ملتی ہے + ایسی حالتین بہت ہی خطرناک ہوتی ہین + اگر بذریعہ
جلد مادہ فاسد کے نکلنے مین جسم کو کامیابی ہوجاتی ہے جیسے کہ خسرہ اور سرخ
بخار کی حالت مین۔ تو تمام خطرہ فوراً رفع ہوجاتا ہے۔ لیکن اوس حالت مین

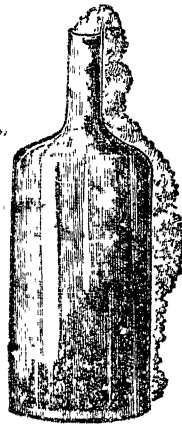
جبکہ بخار خاصکر اندرونی ہوتا ہی تو خطرہ زیادہ ہوتا ہے + اگر اس اندرونی بخار کو سطحہ جسم پر لانے مین ہم کامیاب نہووین تو آرام کی امید کم ہے + ایسے وقت مین جسم کا صرف ایک ہی راستہ کھلا رہتا ہے یعنی حلق۔ جسکی جانب جوش کھاتا ہوا مادہ تمام تیزی کے ساتھ رجوع ہوتا ہے پس اکثر دم گھٹنے سے دفعتًا موت واقع ہو جانے کا خطرہ موجود رہتا ہے۔

جہان کہ یہ خطرہ سر پر موجود ہے تو اُس جگہ سب سے اول کرنے کی پھر ہی بات ہے کہ مقامی علاج کرین اور حلق کو کھولین گو کہ صرف چند منٹ کے ہی لئے ہو + ڈفتھیریا مین یہ بات بہت جلد اور مؤثر طریقہ مین بذریعہ بھاپ کے کیجا سکتی ہے۔ یہ درد کو کم کرتی ہے اور جمع شدہ مواد کو خارج کرتی ہے + یہ سچ ہے کہ ایسا کرنے سے کچھ زیادہ بات حاصل نہین ہوتی۔ لیکن عارضی طور پر چین پڑ جانے کی وجہ سے ہمکو مواد فاسد کی خاص جڑ کو صاف کرنے کے لئے وقت مل جاتا ہے اور اس اصلی جڑ کی پھر ہمکو پیٹ کے اندر اعضا مین تلاش کرنی ہوگی + میرے تسکین دہ غسلون سے حلق کی حالت مین تیزی سے تبدیلی واقع ہونا حیرت مین ڈالتا ہے + فرکشن سٹز باتھز کا خصوصًا بہت ہی عمدہ اثر ہوتا ہے یہانتک کہ بے موقع بڑھی ہوئی چیزین چند غسلون کے بعد دور ہو جاتی ہین + لیکن (مادہ فاسد کے) زور کی وجہ سے حلق مین ایک اور تبدیلی ہو جاتی ہے۔ اس مین ورم اور جلن پیدا ہو جاتی ہے اور یہ سوجن اور سوزش بمقابلہ تمام بڑھی ہوئی کھال یا گوشت کے بہت زیادہ خطرناک ہے۔ ڈفتھیریا کے ہونے کے قبل مریض معمولاً جوڑون مین مثلاً گھٹنون اور کندھون مین درد کی شکایت کیا کرتا ہے + ان مقامات مین بہت زیادہ سوزش کی بھی کوئی شخص برداشت کر سکتا ہے۔ لیکن حلق کی سوزش کی نہین۔ پس

آخرالذکر کے مقابلہ مین نہایت موثر طریقے اختیار کرنا چاہئین۔ بڑھی ہوئی جھلّی کے دور ہو جانے کے بعد پٹرو کے علاج کو بند کر دینا بڑی غلطی ہے۔ استقلال کے ساتھ علاج اُس وقت تک کرنا چاہیئے جب تک کہ پاخانہ بآسانی نہ آنے لگے اور ہاضمہ صحیح نہو جائے + اور جب تک ایسا نہو جائے تب تک مریض کو خطرہ سے باہر نہین کہہ سکتے لیکن جیسا کہ بیان کر چکے ہین منجملہ اعضا کے جلد بھی ایک بڑا ضروری آلہ مواد خارج کرنے کا ہے۔ اس کا خاص کام اُس مواد ناقص کو خارج کر دینے کا ہے جو کہ اوسکی سطح کے قریب جمع ہو جاتا ہے۔

اب پھر اُس پھیلنے کی قابلیت رکھنے والی بوتل کو خیال مین لائیے + جس وقت تک کہ وہ بند ہے اُس وقت تک جوش کھاتا ہوا مادہ باہر نہین نکل سکتا اور بوتل پھیل جاتی ہے اور تن جاتی ہے۔ لیکن اُس کو چارون طرف سے سوئی سے چھیدنے پر اوسمین مثل جلد کے مسامات کے چھوٹے چھوٹے سوراخ بنا دینے پر وہ جوش کھاتے ہوے مواد کے ٹکڑے فوراً اونکے (سوراخون کے) ذریعہ سے باہر نکل جاتے ہین اور بوتل پھر اپنی اصلی شکل اختیار کرلیتی ہے جلد کی بھی ٹھیک ٹھیک ایسی ہی کیفیت ہے۔ پسینہ وہی ناقص مواد ہے جو کہ اندر سے توجہ کارروائی جوش کے باہر کو بزور نکالا جاتا ہے۔ پسینہ کوئی اور چیز نہین ہے ہاضمہ کی کارروائی مین ایک قسم کا جوش ہوتا ہے۔ اور پس جلد کو اپنا کام پورے طور سے کرنا چاہیئے اگر جسم کو اچھا رکھنا منظور ہے + اسی وجہ سے تمام تندرست لوگون کی جلد نم اور گرم ہوا کرتی ہے خشک اور سرد جلد بیماری کی یقینی پہچان ہے +

نوٹ ١ه یعنی ہوش ملق: ١٧٢

ڈفتھیریا کے مریضون مین جلد قریب قریب بالکل سست رہتی ہے اور اوسکو بڑی قوی تحریک کی ضرورت ہوتی ہے + اس مرض مین بھی مادر تندرست کو بچہ کو اپنے پاس لٹانے مین خوف کرنا نہین چاہیئے - ایسا کرنے سے شاید بچہ کی جان بچ جاوے + خاصکر اُن حالتون مین جہانکہ دست باقاعدہ نہین ہوتا ہے توجسم جلد سے مواد خارج کرنے کا کام لیتا ہے - درحقیقت جلد کا ہمیشہ یہی کام ہے +

اوسی وقت جب کہ جلد مین خشکی آنے لگی تھی اگر والدہ نے خود اپنے ہی جسم کی گرمی سے بچہ کے مسامات کھولدئے ہوتے اور اوسی کے گردون اور انتڑیون کے فعل کو ٹھیک کردیا ہوتا تو مرض ڈفتھیریا غالبًا کبھی نہ ہوا ہوتا -

نوٹ لٹ گردون کا فعل فضلہ کو بشکل پیشاب اور انتڑیون کا فعل فضلہ کو بشکل پاخانہ خارج کردینے کا ہے +

صرف اوسی وقت مین جبکہ پسینہ کسی دوسرے طریقے مین لانا غیر ممکن ہو تو مصنوعی امداد کا استعمال کرنا چاہیئے اور بچون کو **اسٹیم باتھز** دیتے جاہئین۔

اب آپ کو معلوم ہوگیا کہ ڈفتھیریا کی پیدائش ٹھیک ٹھیک ویسی ہی ہے جیسی کہ مرض کی دوسری صورتون کی۔ فرق صرف خارجی علامات مین ہوتا ہے + صرف وہی شخص جو کہ بالکل ظاہری باتون کو دیکھتا ہے اس امر کے یقین کرنے مین دہوکھا کھا سکتا ہے کہ مرض کی ان مختلف صورتون کی وجوہات بھی مختلف ہین + ایک علاج کا ذکر جو کہ مین نے اپنے مطب مین کیا تھا اس معاملہ کو زیادہ صاف کردیوے گا +

ایک عورت **مسز ایس** نے جس کا لڑکا عمر ۹ سالہ مرض ڈفتھیریا مین سخت بیمار تھا مجھے بلایا۔ لڑکے کو اول ایک **اسٹیم باتھ** (بھاپ سے غسل) دیا گیا + چونکہ بھاپ دینے کا اس قسم کا آلہ جیسا کہ مین بناتا ہون اُس وقت موجود نہ تھا ایک دوسرا آلہ فوراً تجویز کیا گیا + پس اُس لڑکے کو ایک بید سے (سوُراخدار) بنی ہوئی کرسی پر بٹھایا اور اوسکے نیچے ایک دیگچی مین ایک گیلن[۱] کھولتا ہوا پانی بھر کر رکھدیا اور ایک برتن کے اوپر جس مین کہ کھولتا ہوا پانی "نصف دور تک بھرا تھا دو پتلی لکڑیان رکھ کر اوس کے پیر اُن لکڑیون پر رکھدئے گئے + تمام جسم پیشتر سے کمبل سے اس طور سے ڈھک دیا گیا تھا کہ ذرا سی بھی بھاپ باہر نہ نکلنے پائے + خوب پسینہ نکل جانے کے بعد مریض کو **فریکشن ہپ باتھ** مین بٹھلایا گیا جس کے اندر کہ پانی بہتر درجہ فہرن ہائٹ کا موجود تھا۔

اوسمین بیمار کو اُس وقت تک غسل دیا گیا جب تک کہ سر سے گرمی رفع نہ ہوگئی + ابتدا مین جو سانس

نوٹ [۱] ایک گیلن کا وزن ۴ سیر ۱ چھٹانک پختہ ہوتا ہے +

لینے مین بہت دقت معلوم ہوئی تھی وہ رفتہ رفتہ رفع ہو گئی + مگر ہر تین گھنٹے بعد
اور شب مین بھی آدھ آدھ گھنٹے کے لئے فریکشن سٹز باتھ دینا پڑا - تاکہ بخار
بڑھنے نہ پاوے + جب تک کہ بچہ پلنگ پر رہتا تھا تو مکان کی کھڑکی رات دن ذرا سی
کھلی رکھی جاتی تھی تاکہ تازی ہوا ہمیشہ آتی رہے + بار بار غسلون کے دینے سے ہر دفعہ بخار
کے کم کرنے مین ہم فوراً کامیاب ہوئے تھے - پس علاج کے اول ہی دن خطرہ جاتا رہا
تھا + پانچ دن تک اس طور سے علاج جاری رکھنے سے بچہ پھر خوب اچھا ہو گیا + اس طور سے
خوفناک ڈفتھیریا کو آرام ہوتا ہے - حالانکہ ادویات کے علم جاننے والے اس وقت بھی
اوسکے لئے کسی دوا کی تلاش کر رہے ہین +

اسمال پاکس (چیچک سیتلا) سیتلا بمقابلہ اوسکے جتنا کہ خیال کیا جاتا ہے زیادہ
مرتبہ نکلتی ہے + یہ سچ ہے کہ سرکاری نقشون سے یہ بات ظاہر نہین ہوتی - کیونکہ ہر ایک
شخص جس کو کہ اس قدرتی علاج سے کچھ تھوڑی سی واقفیت ہو اُس کو اس امر کی بڑی جلدی
نہین رہتی کہ ایسے وقوعہ کو حسب قاعدہ پولیس مین رپورٹ[ا] کرے + بغیر کسی نفع کے اپنے اور
اپنے کنبہ کے تئین بہت سی ناگوار قیود وفتوح کا پابند اسکو ہونا پڑیگا +

صحیح علاج کے ساتھ معمولاً سیتلا چیچک بالکل بے ضرر ہوتی ہے - چنانچہ یہ بات ہم آیندہ
دیکھینگے + امراض جنمین کہ آبلے خاصکر نکلتے ہین وہ مختلف صورتون مین ظاہر ہوتے ہین -
مثلاً **پانی کی سیتلا - موتیا سیتلا - چیچک سیتلا** + پہلے سب امراض جو کہ جلد پھوڑ کر
نکلتے تھے وہ **پاکس** (یعنی آبلے پھوڑے پھنسیون) کے نام سے پکارے جاتے تھے +

نوٹ [ا] یہ حالات ملک جرمنی کے ہین جہانکہ چیچک کے وقوعہ کا پولیس مین رپورٹ کرنا فرض ہے +

بیشک سب سے زیادہ خطرناک چیچک سیتلا ہی - کیونکہ اس مین بخار بہت تیز ہوتا ہے اور غلط علاج سے موت بہت جلد واقع ہوسکتی ہے + اور اسی وجہ سے اسکا اسقدر زیادہ خوف کرتے ہین + امراض جنہین کہ غلط علاج کرنے سے جان چلی جاتی رہتی ہے وہ بمقابلہ ان امراض کے جن مین کہ انجام بہت دنون تک بیمار رہ کر ہوتا ہے - ہمیشہ زیادہ خطرناک خیال کئے جاتے ہین + لیکن واقعی جہان شفا کا ہوجانا بھی ممکن ہے - آخرالذکر باوجود صحیح علاج کے زیادہ مشکل سے آرام پاتے ہین اور اونکے جڑ سے دور کرنے کے لئے تو اور بھی زیادہ وقت درکار ہوتا ہے - چیچک سیتلا ایسی خطرناک صرف اس وجہ سے ہوگئی ہے کہ اس کے علاج کو سمجھا نہین ہے اور ٹیکا لگانے کا طریقہ اختیار کیا گیا ہے + صحیح علاج کے ساتھ مین اس آخرالذکر (ٹیکہ) کا کبھی خیال بھی نہ آیا ہوتا -

چیچک سیتلا جبکہ اچھے طور سے نکل آتی ہے تب ہی آسانی سے پہچان مین آتی ہے - لیکن اوسکی ابتدائی حالتون مین یہ بچون کے دیگر امراض سے بالکل مشابہت رکھتی ہے - کیونکہ بجز اونچے درجہ کی حرارت کے اور کچھ بات نظر نہین آتی + رفتہ رفتہ سرخ دھبے چھوٹے مٹر کے برابر (جیسے کہ خسرہ مین) ظاہر ہوتے ہین - وے بڑھتے رہتے ہین یہانتک کہ اونکی شکل منقی کی سی ہوجاتی ہے - آدھے جسم کے اندر اور نصف باہر نکلے ہوئے + بیچ مین ایک سیاہ داغ پڑ جاتا ہے + یہ آبلے خواہ تو تمام جسم پر پھیل جاوین خواہ علیحدہ علیحدہ مقامات پر واقع ہون + جسم کے اندر مادہ فاسد کا کہین کم کہین زیادہ جمع ہونا اور (مختلف مقامات جسم مین اوسکا) کم و بیش تقسیم ہونا انکا سبب ہوا کرتا ہے - اور اسی سے (جوش کھائے ہوئے مادہ فاسد کے) بخارات کے راستہ کا اور زیادتی کا امتیاز کیا جاتا ہے - اون حالتون مین مریض زیادہ خرابی مین پڑتا ہے جنہین کہ چیچک چہرہ پر نمودار ہوتی ہے کیونکہ

اگر صحیح علاج نہ کیا جائے تو اسکے بعد چیچک کے داغ باقی رہ جائے کا احتمال ہوتا ہے +
یہ محض اتفاق ہی نہیں ہے کہ ایک مریض کی حالت مین تو آبلے خاصکر کسی ایک حصۂ جسم پر
نمودار ہوتے ہین اور دوسرے کی حالت مین کسی دوسرے مقام پر - یا یہ کہ سر پر خاصکر
اثر ہوتا ہے - پس بہت سے مریضون کے جسم مین تو داغ بہت کم پائے جاتے ہین حالانکہ
کل چہرہ بدنما ہو جاتا ہے + پھر ذرا دل مین اُس بوتل کی مثال خیال فرمائے جس کے سر پر
پھیلنے والی ٹوپی لگی ہے (جس کا ذکر صفحہ ۴۳ پر ہوا ہے) + جسم کے اُس طرف جہان کہ
مادۂ فاسد بہت زیادہ جمع ہو جاتا ہے اُس جگہ جوش سب سے زیادہ ہوتا ہے اور اسی مقام پر
سب سے زیادہ چیچک کے آبلے پڑ جاوینگے + لہذا اگر جسم کے دیگر محدود حصّون مین بمقابلہ
بقیہ جسم کے زیادہ مادّہ فاسد بھرا ہوا ہے تو ایسے مقام پر بمقابلہ اور جگہون کے زیادہ آبلے
پڑینگے + پس ایسا ہو سکتا ہے کہ کسی شخص کا چہرہ ایک کان سے دوسرے کان تک تمام جگہ
مین کھردرا ہو جاوے - حالانکہ دوسرے حصّون پر صرف کہین کہین ہی داغ ہون + سر
گویا کہ جسم کا ایک سرا ہے - جبکہ جوش کھاتے ہوئے مادہ کے ٹکڑے حرکت کرتے ہین تو اس جگہ
پر انکو ایک حد ملتی ہے + ہمنے اس بوتل مین جس کو کہ ہمنے ربڑ کی ٹوپی پہنائی تھی دیکھا کہ
جوش کھاتا ہوا مادہ ہمیشہ اوپر کو زور کرتا ہے - اور اگر سر مین اوسکے جوش کے لئے رکاوٹ
ملجاوے تو اُس مین اور بھی زیادہ زور اس موقع پر ہو جاتا ہے +
جب چیچک کے دانے پورے طور سے بڑھ آتے ہین تو خطرۂ زندگی دُور ہو جاتا ہے -
کیونکہ معمولاً محض وہی مریض جان بحق ہوتے ہین - جن کا کہ جسم جوش کھاتے ہوئے مواد کو
نکال دینے کی قابلیت نہین رکھتا + اکثر یہ بھی ہوتا ہے کہ آبلے بعد مرنے کے فوراً نکل آتے
ہین اور اس حالت مین بھی یہ اچھے طور سے کہہ سکتے ہین کہ مریض لوگ اس وجہ سے نہین مرے

کہ اونکو چیچک نکلی تھی + بلکہ اس وجہ سے مرگئے کہ اونکے چیچک نہین نکلی + ایسکے مریض ہمیشہ شدت بخار کی حالت مین مرا کرتے ہین -

اسمین کوئی شک نہین کہ اس بیماری کے ساتھ ہی بہت زور کا بخار ہونا چاہیے - اور یہ امر واقعی ہے کہ خصوصاً قبل پھنسیان نکلنے کے - مریضان چیچک کو ہم بہت اونچے درجہ کے بخار مین پاتے ہین + جسم کی حالت طپش مین آن آبلون مین بے حد کھجلی اور جلن معلوم ہوتی ہے - جسکی وجہ سے کہ مریض خود اپنے آپ کو کھرونچ لیتا ہے + پس آبلے قبل اسکے کہ وہ پختہ ہوون پھوڑ دئے جاتے ہین اور بدنما کرنیوالے داغ چیچک رہ جاتے ہین +

پہلے وقتون مین بھی اس بات کی طرف خیال ہوا تھا جبکہ بیچارے بیمار کے ہاتھ اسکو کھجلانے سے باز رکھنے کے لیے باندھ دئے جاتے تھے - جرمن زبان کی ایک کتاب جامع العلوم جو کہ بہت پڑھی جاتی ہے ابتک اسی طریقے کی ہدایت کرتی ہو - بیچارے مریضون کے لئے کیسا عذاب ہے + لیکن ہمارے پاس اس سے ایک بہتر ذریعہ چیچک کے شفا کرنے کا ہے جسمین کہ وہ بدنما داغ باقی نہین رہتے - اور وہ ایسا ذریعہ ہے جس سے کہ اس خوفناک مرض کا تمام ڈر دور ہو جاتا ہے + ہم کھجلی اور کھجلانے کو اوسی سادہ علاج سے روک سکتے ہین جس کا استعمال ہم بخار ہائے مذکورہ مین کرتے ہین - یعنی ہم مسامات کو کھولتے ہین پس جسم کو پسینہ آنے لگتا ہے اور پیڑو کو ٹھنڈ پہونچاتے ہین جہانکہ (مادہ فاسد کے) جوش کا مخزن ہے - ہر شخص کو بخوبی معلوم ہے کہ شراب انگوری یا شراب جو کی حالت مین جوش اسی قدر زیادہ آہستگی سے آتا ہے جس قدر کہ گرمی کم ہوتی ہے + جسم کے اندر جوش

نوٹ ۱؎ یعنی مریض خود کھجلا کر اونکو پھوڑ دیتا ہے +

کھاتا ہوا مادّہ بھی اوسی قانونِ قدرت کی تعمیل کرتا ہے۔ گرمی بڑھنے سے جوش کو مدد ملتی ہے۔ ٹھنڈ سے اوس مین رکاوٹ ہوتی ہے۔ جوش کم ہوتا ہے اور بند ہوجاتا ہے۔

یہ **چیچک** ایسی بیماری ہے جس مین بہت ہی زیادہ توجہ اور ہوشیاری کی ضرورت ہے۔ کیونکہ جسم مین بہت ہی جوش ہوتا ہے + لیکن میرے طریقے سے مرض کی ہیبت ناک صورت دُور ہوجاتی ہے۔ اور ہر شخص کو اِس امر کا یقین کرنا چاہیئے کہ بہت ہی کم موقعون کے سوائے شفا سے کلی جلد ہوگی + یہ چند موقعے اُس حالت مین ہوتے ہین جب کہ جسم مادّہ فاسد سے اس قدر بھرا ہوا ہوتا ہے کہ باوجود جلد کے کام کرنے کے وہ (یعنی مادّہ فاسد) کافی عجلت کے ساتھ نہین نکل سکتا۔ یا شاید یہ بات ہے کہ جسم اوسکے خارج کرنے کے لئے بہت ہی کم قوت رکھتا ہے۔ لیکن معمولاً یہ حالت صرف جب ہی ہوتی ہے جبکہ علاج شروع کرنے مین دیر ہوجاتی ہے + اِس لئے مین بار بار بھی اس امر کی تنبیہ کردینا کافی نہین سمجھتا کہ بخار سے اوسی وقت سے لڑنا چاہیئے جب کہ وہ اولاً شروع ہی ہوتا ہے۔ ہم کو یہ دیکھنے کے لئے ہرگز نہ ٹھیرنا چاہیئے کہ بیماری کیا شکل ظاہری اختیار کرے گی +

آپ دیکھتے ہین کہ ہم اس خوفناک چیچک کے لئے ٹھیک وہی علاج کرتے ہین جوکہ ہم دوسرے امراض مذکورہ کے لئے + لیکن یہ بات اوسی وقت ممکن ہے جبکہ یہ مان لیا جاوے کہ اس مرض کا بھی وہی سبب ہے جوکہ امراض متذکرۂ صدر کا۔ یعنی کہ جسم مین مادّہ فاسد کا بار۔ اور ہم دیکھ چکے ہین کہ یہ بات ایسی ہی ہے + فی زمانہ جبکہ خسرہ اور سُرخ بخار مثل سابق کے چیچک کے زمرہ مین نہین رکھے جاتے۔ اور پس چیچک ظاہری کم ہوگئی ہے تو ہمارے لئے

نوٹ ۱؎ یعنی اُسکا علاج شروع کردینا چاہیئے + ۱۲

پورے طور سے اُس زمانہ کی تصویر خیال مین لانا غیر ممکن ہے جسمین کہ اوسکی آمد بطور ایک ڈراونی وبا اور ہیبت مجسم کے دیکھی جاتی تھی + اب چونکہ تمام امراض کی وحدانیت اور انکے علاج سے ہم واقف ہوگئے ہین۔ قدرتًا ہمکو بیماری کا آیندہ ویسا خوف نہین رہا + علاوہ ازین سائنس آف فیشل اکسپریشن کی رو سے ہم برسون بیشتر اس بات کی تمیز کرسکتے ہین کہ کس موقع پر مادۂ فاسد کا اسقدر زیادہ بار ہے کہ جسم کے صاف کرنے کی کارروائی مثل چیچک سیتلا کے وقوع مین آیندہ آسکے + اور اس موقع پر بھی مین آپکو چیچک سیتلا کے ایک دوسرے مریض کی کیفیت سے جس کا کہ مین نے ایک دفعہ علاج کیا تھا واقف کرونگا۔

ایک کاریگر کے گھر مین اوسکے تین بچے عمر ۷- ۹ و ۱۳ سال چیچک سیتلا مین مبتلا ہوئے۔ اونکے باپ نے جس کو یہ بیماری ہوچکی تھی جلد جان لیا کہ اوسکے بچے کس خطرہ مین تھے + اسی کے ساتھ اُس کو وہ ناقابل تکلیفات ومشکلات سے بھی واقفیت تھی جسمین کہ وہ اور اوسکے کنبہ والے پڑجاوینگے۔ اگر افسران سرکار کو اس چیچک کی خبر ہوگئی +
پس اُس نے بہت ہی خفیہ طور سے میرے طریق علاج کا ہرسہ بچون کی حالت مین استعمال کیا۔ صرف اسٹیم باتھ و فریکشن ہپ باتھ اونکو دیئے + بچے بہت ہی نازک حالت مین تھے + جلد سیاہ آبلون سے بھری ہوئی تھی + اس بات کو چھپانے کے لئے اوسنے بچون کے چہرے اور ہاتھون کو راکھ لپیٹ دی تھی۔ تاکہ زمانہ حال کے قواعد حفظان صحت سے بچ جاوین + خواہ ایسا کرنے مین نقصانات کچھ ہی ہون + صرف چار اسٹیم باتھ اور ۱۰۷ درجہ فہرن ہائٹ پانی کی حرارت مین دس فریکشن ہپ باتھ لینے کے بعد بخار پر اسقدر اثر ہوگیا تھا کہ تمام خطرہ رفع ہوگیا اور کھال اوترنے لگی تھی + غیر محرک غذا اور

تازہ ہوا نے بھی شفا کو امداد پہونچائی۔ اسٹیم باتھز اور فومنٹیشن باتھز کے برابر لینے
سے چند ہی دنون مین بچے اسقدر صحت پا گئے تھے کہ وہ چل پھر سکنے کے اور باہر
جانے کے قابل ہو گئے تھے۔ اگرچہ پوری شفا حاصل کرنے کی غرض سے ایک ہفتہ
اور اونکو میرے طریقے کے موافق علاج کرنا پڑا + سب سے زیادہ دلچسپ بات ان ہر سہ
خطرناک مریضان چیچک کے متعلق یہ ہے کہ ان بچون مین سے ایک کے بھی کوئی داغ
چیچک کا معلوم نہین ہوتا ہے + اس گھر کے پانچون بچون کے بار بار چیچک کا ٹیکہ لگایا
گیا۔ تاہم اونکو چیچک سیتلا نکلی + ان مثالون سے ہم معلوم کرتے ہین کہ چیچک سیتلا
کے مرض مین کتنا کم خطرہ رہ جاتا ہے جبکہ اسکا علاج سمجھ مین آجاوے۔ نیز یہ کہ ٹیکہ لگا کر
اس سے محفوظ رہنا کسقدر زیادہ مشتبہ ہے + ہر شخص جو کہ ان عمل اور خلاف قدرت
پیش‌بندیون سے واقف ہے جو کہ افسران صفائی چیچک سیتلا کے مرض شروع ہونے کی
خبر پاکر اختیار کرتے ہین وہ اونکو اور بھی نہین سمجھ سکتا جبکہ چیچک کا ٹیکہ لگا دیا گیا ہے کیونکہ
اس ٹیکہ کی نسبت خیال کیا جاتا ہے کہ یہ پورا تحفظ کرتا ہے + ٹیکہ کی خرابیون پر مجھے کسی خاص
ریمارک کرنے کی ضرورت نہین ہے۔ ٹیکہ کے ذریعہ سے مادہ غیر (فارن میٹر) خون مین براہ
راست مصنوعی طریقے مین داخل کیا جاتا ہے + یہ درحقیقت ایک اچنبھا ہے کہ انسان
کس طور سے اس قدر انحراف نیچر سے کرتا ہے۔ لیکن جہان کہ علم مین کمی ہے تو معجزات
مین لوگ یقین کرنے کے لئے تیار ہو جاتے ہین۔ بچون کی پرورش پر جو رسالہ مین نے
لکھا ہے اوسکے اندر مینے زیادہ وضاحت کے ساتھ اس ٹیکہ کے بارہ مین گفتگو کی ہے +

کالی کھانسی - کوکر کھانسی - اگرچہ کالی کھانسی یا کوکر کھانسی کو اسقدر خطرناک
خیال نہین کرتے جیسے کہ ڈفتھیریا یا چیچک سیتلا کو۔ لیکن بہت سے بچے اوس مین ضائع ہو جاتے ہین

اور بہت سے کم از کم کھانسی کے دورے کی وجہ سے بہت ہی تکلیف اوٹھاتے ہین + اس امر کے متعلق مین یہ کہنا چاہتا ہون کہ ہر کھانسی کو علامت[1] بیماری سخت کی جاننا چاہیئے کیونکہ انسان ایک ایسا جاندار نہین ہے جو کہ کھانسنے اور تھوکنے کی غرض کے لیئے بنایا گیا ہو + کھانسی کبھی نہین اوٹھتی ہے جب تک کہ مادہ فاسد (فارن میٹر) کا دباؤ اوپر کی جانب نہ ہو۔ اور نیچے کی طرف اخراج کے راستہ مین رکاوٹ نہو + کیا تو جلد اپنا کام پورے طور سے نہین کرتی ہے یا انتریان اور گردے اپنا کام صحیح طور سے انجام نہین دیتے ہین +

ان بچون مین جو کہ کالی کھانسی مین مبتلا ہوتے ہین معمولی علامات (مادہ فاسد کے) جوش کی بھی پائی جاتی ہین۔ دوسرے الفاظ مین یون کہین گے کہ اونکو بخار ہوتا ہے + مواد اپنے باہر جانے کے لیئے راستہ حلق اور سر مین تلاش کرتا ہے۔ اگرچہ اُن جگہون مین کوئی عضو اخراج کرنے کے لئے موجود نہین ہے + سب سے اول یہ بات ضروری ہے کہ آیا کھانسی کے دورہ کے وقت مریض کو پسینہ آجاتا ہے یا نہین + اگر پسینہ آتا ہے تو مریض بغیر کسی علاج کے اچھا ہو سکتا ہے + لیکن اگر کھانسی کے دوران کی حالت مین کچھ پسینہ معلوم نہین ہوتا ہے تو مریض کا چہرہ نیلا پڑ جاتا ہے۔ اور اگر کوئی علاج نہ کیا جاسے تو کالی کھانسی سے یقیناً موت واقع ہو جاتی ہے + آخر کار۔ آنکھ۔ ناک۔ کان۔ سے خون نکلنے لگتا ہے کیونکہ مادہ فاسد ان مقامات مین سے باہر جانے کا راستہ تلاش کرتا ہے + اس حالت مین معمولاً مدد پہونچانا ممکن نہین + لیکن اگر جسم کو وقت پر مدد پہونچ جاتی ہے تو بہت سخت حالتون مین بھی وہ مرض پر قابو حاصل کر لیتا ہے۔

نوٹ[1] چنانچہ ہندوستان مین کہاوت چلی آتی ہے کہ "روگ کی جڑ کھانسی"۔

اس مرض میں بھی علاج وہی ایک ہے۔ علاج کوئی دوسرا نہیں ہو سکتا + کیونکہ مرض کی اصلیت بھی ایک ہے + سب سے اول اور خاص فرض یہ ہے کہ پسینہ فوراً نکالیں + یہ بھی ضروری ہے کہ اس مادہ فاسد کو جو جسم میں اوپر کو چل رہا ہے نیچے کی جانب اعضاے اخراج مواد کی جانب کھینچیں + جسم کے لئے اعضاے اخراج مواد مقررہ ہیں۔ اور انھیں کے ذریعہ سے مادہ ناقص کا قدرتی طریقہ میں خارج کرنا ممکن ہے + ہمارا مقصد پورے طور سے غسل ہاے مذکورہ بالا کے لینے سے حاصل ہو جاتا ہے۔ جب کہ پسینہ آنا شروع ہوتا ہے کھانسی کو بہت آرام معلوم ہوتا ہے اور جب ہاضمہ میں ترقی ہو جاوے گی تو کھانسی بالکل بند ہو جاوے گی۔ آرام ہونے کے لئے کوئی وقت معین نہیں ہے + ممکن ہے کہ کھانسی اچھے طور سے چند ہفتہ میں رفع ہو جاوے۔ اکثر چند دنوں ہی میں + یہ خیال کرنا کہ یہ دو تین مہینے تک رہیگی غلطی ہے + میں نے اب یہ بات دکھلادی کہ کالی کھانسی بھی اسی طریق میں پیدا ہوتی ہے جسمیں کہ اور دیگر امراض۔ یعنی بدن کے اندر موجودہ مادہ فاسد سڑنا شروع ہو کر بخار پیدا کر دیتا ہے + ان تمام توضیحات کے بعد آپکو یقین ہو گیا ہو گا کہ جسم کے اس مادہ فاسد کو جو اوسکی ملکیت نہیں ہے نکال کر تندرستی حاصل کرنے کی کوشش سے ہی تمام حاد (تیز) بخارات ہوتے ہیں + پس ہر ایک ایسے حاد (اکیوٹ) بخار کی آمد مبارک ہونی چاہیے + درحقیقت یہ شفا حاصل کرنیکا ایک موقع ہے اور ہم جان چکے ہیں کہ جسم کے لئے مناسب علاج کے ساتھ جسم کو تمام مادہ فاسد سے بخوبی صاف کرکے یہ کیسا کارآمد ہو سکتا ہے + یہ اچھا ہو گا کہ اس امر کی کہ میرا مطلب کیا ہے ایک دوسری مثال پیش کروں۔

جسم کے اندر بخار کو طوفان بادوباران سے مثال دیجا سکتی ہے۔ جیسے کہ اکیوٹ (حادتیز) بخار کے کچھ عرصہ قبل ٹھنڈ دبے چینی ہوا کرتی ہے۔ ایسی ہی آندھی کی آمد ہوا کے خشک و بھاری

ہونے سے (جبکہ ہر شخص بغیر ذکر کئے ہوئے باز نہیں رہتا) معلوم ہو جاتی ہے +
ہم کہتے ہین کہ ہوا بھاری ہے - ہمارا دم گھٹا ہوا معلوم ہوتا ہے اور ہم کو معلوم ہوتا ہے کہ
طوفان کے ذریعہ سے ہی آرام ملے گا - کیونکہ یہ (آرام) گویا ہوا ہی مین موجود ہے +
گرمی اور خشکی اُس وقت تک بڑھتی ہے جب تک کہ اُس حالت کو نہ پہونچے کہ جو حالت عین
قبل آندھی کے ہوتی ہے + ہم کو نزدیک آنیوالے طوفان کا خطرہ معلوم ہوتا ہے لیکن واقعی
خطرہ اُس وقت شروع ہوتا ہے جبکہ طوفان ہم پر آ ہی جاتا ہے - اور جیون ہی طوفان ختم
ہو جاتا ہے تب خطرہ بھی دُور ہو جاتا ہے + اسکے بعد اب تازگی اور ٹھنڈک معلوم ہوتی ہے
گویا کہ نیچر مین از سر نو جان پڑ گئی + ہوا کے اندر مادۂ غیر (فارن میٹر) ہین جوش آنے کی
کارروائی کا نام **آندھی** ہے - اسکے ذریعہ سے ہوا اُس بے معلوم اور بھری ہوئی بھاپ کے
جو کہ اس حالت مین مادہ غیر ہے - خارج کرنے کی کوشش کرتی ہے +

پس طوفان ایک قسم کی کارروائی ہوا کے صاف کرنے کی ہے + جوش یا سٹرن کی وجہ سے
بھاپ کی شکل مین تبدیلی واقع ہوتی ہے - اول بے معلوم تھی - اب بوجہ تبدیلی حرارت کے یہ
بادل بنجاتی ہے اور اسکے بعد بطور بارش اور ژالہ (پتھر) برستی ہے -

بخار مین بھی ایسا ہی ہوتا ہے + جبکہ بخار ہو جاتا ہے تو جسم کو اندیشہ ہوتا ہے - اور یہ
اندیشہ جب ہی دُور ہوتا ہے جبکہ بخار دفع ہوتا ہے - اور تازگی بخشنے والی جان از سر نو پڑتی
ہے + آپ لوگ دیکھتے ہین کہ اِن (ہردو) حالتون مین خطرہ اولاً طوفان اور بخار کے
ذریعہ سے پیدا ہوتا ہے - مگر بعد کو وے ترو تازگی اور شفا بخشتے ہین + ترو تازگی اور
شفا صرف اسی خطرناک کارروائی سے حاصل ہوتی ہین - ایک حالت[لہ] مین اس کا سبب

نوٹ لہ طوفان باد و باران کی حالت مین ۱۲

ہوا میں زیادہ بوجھ اور بھاری پن ہوتا ہے اور دوسری حالت میں جسم کا مادہ ناقص فاسد سے بہت زیادہ بھرا ہوتا ہے یہ مثال منطق کی رُو سے آپ کو یقین دلا دے گی کہ جملہ صورتوں میں قوانین قدرت ایک سے ہی ہوتے ہیں۔

اس بیماری کے متعلق بھی میں آپ سے ایک نفس کے علاج کا ذکر کرونگا جس کو کہ آرام میرے شفا خانہ میں ہوا +

نصف جولائی ۱۸۹۰ء میں شہر لیزگ کے ایک خاندان میں چار سال کے ایک لڑکے کو کالی کھانسی ہوگئی۔ شروع اگست میں مرض انتہا کو پہونچ چکا تھا + اسکے بعد چھوٹی لڑکی عمر دو سالہ بھی بیمار ہوئی + دس دن تک بیماری دمبدم خراب ہی ہوتی گئی اور اس درمیان میں بچہ کچھ غذا نہ کھا سکا۔ آخر ش والدین نے جوکہ اپنی واقفیت کے مطابق قدرتی طریقہ علاج کا استعمال اُس وقت تک کر رہے تھے مجھ سے درخواست کری۔ مینے علاج کرنا قبول کیا۔ چھوٹی لڑکی کی طاقت اس قدر جاتی رہی تھی کہ وہ کھڑی نہیں ہوسکتی تھی + مین نے چار فریکشن سٹز باتھ روزانہ لینے بتلائے۔ اور اُسکے بعد پسینہ لانے کے لئے بچوں کو بستر پر لٹانا یا سن باتھ یعنی دھوپ سے غسل دینا۔ نیز سادہ اور قدرتی غذا کا استعمال + عمدہ موسم کی وجہ سے دھوپ کے غسل لئے جاسکے جنھوں نے کہ فریکشن سٹز باتھز کے ساتھ مل کر عجیب نتائج پیدا کئے + صرف چند ہفتہ کے قرار واقعی علاج کے بعد بچے خطرے سے نکل گئے۔ اور دو ماہ میں وہ بخوبی صحت پا گئے + غذا کے بارے میں یہ کیسی عجیب بات دیکھنے میں آئی کہ چھوٹی لڑکی نے جَی کے آٹے کی لپسی کے چھونے سے بھی انکار کیا۔ جو کہ بغیر نمک

نوٹ [۱] یعنی بخار کی حالت میں +

نوٹ [۲] دھوپ کے غسل کے لئے صفحہ ۱۴۶ ملاحظہ فرمائیے +

شکر یا گھی کے بنتی تھی اور جو کہ اوس کو بہت نفع بخشتی + وہ صرف اپنا معمولی بقیہ پکا ہوا دودھ اور شو کو لیٹ[1] ہی کھاتی تھی +

اس واقعہ سے ہر شخص یہ جان سکتا ہے کہ بچون کو سادی سے سادی غذا کا ابتدا ہی سے عادی کرنا کسقدر ضروری ہے + اور نہ یہ ممکن ہو سکا کہ اُس کو ان کے پاس بستر پر رکھین گو کہ پسینہ لانے کے لئے یہ طریقہ سب سے عمدہ تھا - اپنے چھوٹے پلنگ کی اسقدر عادی ہو گئی تھی کہ اُسکے واسطے وہ اسقدر زیادہ روتی تھی کہ ہلوا اسکا کہنا کرنا پڑا +

باوجود ان سب باتون کے جسم انسانی کی گرمی ہی پسینہ لانے کے لئے اور آرام دینے کے لئے سب سے عمدہ ذریعہ ہے + کسی شخص کو بیمار کے ابخرات کی وجہ سے اندیشہ نہین ہونا چاہیئے + حیوانات مطلق ہمارے لئے سب سے بہتر نظیر ہین - اپنے بیمار اور کمزور بچون کو طاقت پہونچانے کے لئے وے اونکو اپنے ہی جسم سے گرمی پہنچاتے ہین +

حالت تندرستی ہی مین بچون کو مان کی چھاتی سے لگ کر آرام کرنیکی عادت ڈالدینا چاہیئے تب بیماری کی حالت مین اونکو ایسا کرتے ہین کوئی عجیب بات معلوم نہ ہوگی +

بیشک الفاظ "تندرست اور بیمار" اس موقع پر معمولی معنی مین استعمال کئے گئے ہین - کیونکہ یہ بات ہم کو معلوم ہے کہ کوئی واقعی تندرست بچہ ذرا بھی بیمار نہین ہو سکتا اگر اُس کی پرورش معقول طریقے سے کی گئی ہے -

نوٹ [1] ناریل کے دودھ سے ایک شے اور چیزون کے ساتھ ملا کر بناتے ہین اور اس کو گرم پانی مین گھول کر کھا لیتے ہین +

نوٹ [2] امیرون کو اس بات پر بہت خیال کرنا چاہیئے کہ اونکے بچے مصالحہ جات - روغنی اشیاء اور ربڑی - مٹھائی کے اسقدر عادی اور چٹورے ہو جاتے ہین کہ بیماری کے وقت پرہیز کرنا اونسے بہت مشکل بلکہ غیر ممکن ہو جاتا ہے +

اسکروفیولا (خناز یر کنٹھ مالا) اسکروفیولا ایسی بیماری نہین ہے جس سے کہ گرمی پیدا ہوتی ہو - اور پس عموماً بخار کے زمرہ مین نہین رکھی جاتی ہے - گو درحقیقت ایسا ہونا چاہیئے + مگر از کم یہ بھی ویسی ہی سخت بیماری ہے جیسی کہ دیگر بیماریان جنکا مین ابھی ذکر کر چکا ہون - مین کہونگا کہ ان سے بھی زیادہ خراب ہے + یہ ان امراض پوشیدہ وارثی مین سے ہے جو کہ عموماً موروثی ہوتے ہین - جسم اسقدر قوی نہین ہوتا ہے کہ بخار[1] پیدا کر دیوے جیسا کہ مینے اپنے دوسرے لیکچر مین بیان کیا تھا - اس مرض کی پیدائش زمین کے خطہ ہا زیادہ سرد اور معتدل آب و ہوا مین ہوا کرتی ہے + بیرونی علامات زیادہ تر حسب ذیل ہوا کرتی ہین + بڑا سر - مربع یعنی چوکھونٹا چہرہ - آنکھین سوجی ہوئین - جسم پھولا ہوا - ٹانگین کمزور - بدشکل ہاتھ پیر - دماغی سستی - لیکن ان علامات مین سے اکثر ہمکو صرف ایک یا چند ہر مریض مین ملتی ہین - جملہ علامات ایک ساتھ بہت شاذ و نادر + ان علامات کے ساتھ مین ہاتھ اور پیر سرد ہوا کرتے ہین اور تمام بدن مین ایک قسم کی سردی سی معلوم ہوا کرتی ہے +

یہ سردی سی لگنے کی حالت مرض کو خطرناک کرتی ہے + اس سے یہ بات ثابت ہوتی ہے کہ بوجہ مادہ فاسد کے بار کے جسم کے بیرونی حصون کی قوت اور افعال طبعی کی قابلیت جاتی رہی ہے اور یہ کہ اندر کی جانب ایک قسم کی زائل کرنیوالی حرارت موجود ہے -

اس بات کو یون خیال مین لانا چاہیئے کہ جسم کے بیرونی حصے خصوصاً خون پہنچانے والی بال کی مثل رگون کے سرے مادہ فاسد سے ٹھیک ایسے ہی رک گئے ہین جیسے کہ غلیظ پانی لیجانے والی نالیان مٹی سے رک جاتی ہین + پس خون کمال کی سطح

نوٹ [1] صفحہ ۳ کے آخر مین تبلایا گیا ہے کہ بخار درحقیقت کیا چیز ہے - وہ موقع ملاحظہ طلب ہے +

تک گردش نہین کر سکتا ہے اور اس وجہ سے سردی لگنے کی حالت پیدا ہو جاتی ہے +
چونکہ یہ مرض اکیوٹ (تیز) قسم کا نہین ہوتا ہے اسوجہ سے کوئی تکلیف معلوم نہین
ہوتی پس جسم کی صرف عام طور سے حالت کو دیکھ کر ہم معلوم کرتے ہین کہ اسمین مرض موجود ہے +
اسوقت تک کوئی شخص درحقیقت یہ نہین کہہ سکتا ہے کہ یہ مرض کیسے پیدا ہوتا ہے - اور
اس مین کیا کیا باتین ہوتی ہین - اور یہ بات اور بھی کم کہ یہ کس طور سے اچھا ہو سکتا ہے +
معمولاً تبدیلی آب و ہوا سے امداد کی امید کیجا سکتی ہے اور جبکہ مریض کے وسایل اس قابل ہوتے
ہین تو اوسکو ملک کے دوسرے حصہ مین یا کسی پانی کے کنارہ کے مقام پر بھیجا جاتا ہے +
اس سے نفع کامل نہین ہوتا گو کہ بعض اوقات صورت افاقہ نظر آتی ہے +

ہمارے تجربہ کے موافق بچہ جس کو کہ اسکروفیولا کا مرض ہے وہ تمام تر مادہ فاسد سے
بھرا ہوا ہوتا ہے - جو (مادہ فاسد) کہ زیادہ تر اوسکے والدین سے اوسکو پہونچا ہے - یہ مادہ فاسد
خاصکر سرون[1] کی جانب زور کرتا ہے اور بڑے زور کی وجہ سے سر کی گول شکل جاتی رہتی ہے
اور ایک مربع یا چوکھونٹی شکل اوسکی ہو جاتی ہے -

اس سلسلہ مین مہربانی کر کے اوس تمثیل کو یاد فرمائے جو کہ جوش کھاتی ہوئی رقیق شے سے
بھری ہوئی بوتل کی شروع لیکچر ہذا مین دی گئی تھی - جس بوتل کے منہ پر کہ ہمنے ربڑ کی ٹوپی
پہنائی تھی + جیسے کہ آخرالذکر (مطلب ہے ربڑ کی ٹوپی سے) ان جوش کھاتے ہوئے
مادہ کے ٹکڑون سے بھر جاتی تھی اور پھول جاتی ہے - اسی طور سے اسکروفیولا کے مریض کا
جسم بھی پھول جاتا ہے + لیکن اپنے ساینس آف فیشیل اکسپریشن کے ذریعہ سے ہم اس مرض کی

نوٹ [1] مطلب ہے جسم کے اخیر سرون سے یعنی آخر حصہ عضو ہا سے - مثلاً ہاتھ - پیر - اور سر -
نیز جسم کی تمام جلد سے کیونکہ دھڑ کا اخیر سرا اوسکے چارون طرف کی کھال ہوتی ہے +

طرف ذراسی بھی رجحان طبیعت کو معلوم کرسکتے ہین + درحقیقت یہ ضروری ہے کہ تندرست جسم کی شکل جان لیوین + اس بات کی تشریح میری چھوٹی کتاب سومہ

سائنس آف فیشیل اکسپریشن مین ملے گی۔

ہاتھ اور پیرون کا بدشکل ہونا بھی اُسی ایک ہی سبب سے پیدا ہوتا ہے + جلد کم وبیش سُست ہو جاتی ہے اور مادّہ کے اُن ٹکڑون کو جو اُسکے نیچے جمع ہو جاتے ہین خارج نہین کرسکتی + جیسے کہ پیشتر کہا گیا ہے اِن سے گردش خون رُک جاتی ہے۔ اِس وجہ سے جلد بہت سے شخصون کی ہمیشہ سرد معلوم ہوا کرتی ہے۔

اندرونی اعضا مین اسکی وجہ سے گرمی اور بھی زیادہ ہوتی ہے۔ اور ایک قسم کی اندرونی بے چینی محسوس ہوتی ہے جو کہ **اسکروفیولا** کے مریضون مین ہمیشہ ایک درجہ ہمکو ملتی ہے + واقعی یہ ایک قسم کی پوشیدہ (مزمن) حالت بخار ہے + لیکن اگر اسکو آرام نہوا تو اصل مرض سے نئی نئی حالتین مرض کی پیدا ہو جاتی ہین جنکا کہ شفا دینا بمقابلہ اسکروفیولا کے اور بھی زیادہ خطرناک اور مشکل ہوتا ہے + جہانتک علاج مین غفلت ہوئی تو اسکروفیولا سے معمولاً سل ہو جایا کرتی ہے۔ پس ایک معنی کر اسکروفیولا کو خود اُس سے بھی زیادہ ایک خراب مرض کی ابتدائی حالت جاننا چاہیئے۔

لیکن ہم علاج کس طور سے شروع کرین ہمکو چاہیئے کہ **سردی کو بخار مین تبدیل کرین۔ حالت مزمن کو حالت حاد مین** (تبدیل کرین) **اندرونی بخار کو باہر لادین** + اور چونکہ ہمکو بخار سے ہی کام پڑتا ہے۔ تو ہمکو علاج بھی ویسا ہی کرنا چاہیئے جیسا کہ دیگر بخارون کا۔ ہمکو چاہیئے کہ راستون کو کھول دین تاکہ جو کسی کھائی ہوئے مواد کا انبار رفتہ رفتہ نکال دیا جاوے + اس لئے ہم کو چاہیئے کہ اوس طریق مین جسکو کہ آگے

ہم اچھی طرح جان گئے ہین - انفلامیشن - گروتھ - اور جب گلانڈز - کرین [illegible] جلد فیتہ
گرم ہو جاوے گی - شاید تیز گرم ہو جاوے گی - لیکن ویسی صورت [illegible] تک رہے گی
جب تک کہ پیپ نکلتا ہے - اسکے بعد علاج [illegible] حالت مین [illegible] اولا تو علاج سے
چند روز ہی افاقہ معلوم ہوگا - صبر اور محنت سے [illegible] حاصل ہوگی +
یہ بات کہنا مشکل ہے کہ کس قدر عرصہ شفا کامل مین صرف ہوگا + کئی دن یا کئی ہفتے بھی
کافی ہونگے - اسمین مہینے یا شاید برسون صرف ہو جاتے ہین اور جبکہ ہم [illegible]
رہی ہے تو بعض وقت کامیابی بالکل نہین ہوتی -
مینے اپنے دوسرے لیکچر مین آپ کو یہ بات دکھلائی تھی کہ مرضون مین مرض کی معلوم
ہونے کا وہی سبب ہے جو کہ بہت زیادہ بخار کا اور یہی بات آپ کو اسکروفیولا کی قسم کی
بیماریون مین نظر آوے گی + اس طور سے مرض کی دو حالتین - جو بادی النظر مین ایک دوسرے
سے بالکل مختلف ہین ٹھیک ایک ہی جگہ سے پیدا ہوتی ہین اور محض اس وجہ سے
آپس مین مختلف معلوم ہوتی ہین - کیونکہ وہ مرض کے بڑھنے کے مختلف درجون مین اپنے تئین
ظاہر کرتی ہین + تتلی کے کیڑے یا اس کیڑے مین جسکے کہ ابھی تک پر نہین نکلے ہین ہمکو
وہی کیڑا پہچان پڑتا ہے جس کو کہ ہم بعد کو ایک تتلی کی شکل مین دیکھتے ہین - جس کی کہ
اول اور دوم حالتین محض ابتدائی حالتین ہین + یہی کیفیت مختلف امراض کی بھی ہے +
ہم اس شخص پر ہنسین گے جو کہ یہ بات دعوی سے کہے کہ تتلی کا کیڑا تتلی سے بالکل غیر ہی
ہوتا ہے اور اسی طرح سے تتلی اپنے کیڑے سے + اور اب بھی یہ افسوس کی بات ہے کہ
بالکل اسی کے موافق آجکل بھی لوگون کو امراض کے متعلق یقین پھیلا ہوا ہے - جن امراض کی
وحدانیت کو ابتک کسی نے بھی تمیز نہین کیا ہے +

مَین **اسکروفیولا** کے ایک علاج کا ذکر کرتا ہون جس کو کہ میرے شفا خانہ مین آرام ہوا تھا + پانچ سال کی عُمر کا ایک لڑکا اپنی عُمر کے دوسرے سال سے ایسا زیادہ کنٹھ مالی ہوا تھا کہ پانچوین برس عُمر مین بھی وہ چلنے پھرنے کے قابل نہوا تھا + بچہ کی گاڑی مین وہ مثل لکڑی کے بوٹہ کے پڑا رہتا تھا + اُسکے باپ نے اُسکا علاج سربرآوردہ طبیبون سے کرایا تھا مگر سب فضول + درحقیقت ادویات نے جنکا کہ استعمال کیا گیا تھا ضرور ایک تبدیلی جائے بجانب خرابی پیدا کردی تھی۔ یہانتک کہ اُس پروفیسر نے جس کے زیر نگرانی وہ بچہ تھا کہدیا کہ یہ بچہ کبھی بھی چلنے پھرنے کے قابل نہوگا + ادویات **پیرس ڈرلینگ کے پلاسٹر** **غسل - بجلی** - غرضکہ ہر چیز کی آزمایش کی گئی لیکن بے سود - کیونکہ جن ڈاکٹرون کا معالجہ ہوا اونکو اسکروفیولا کی خاصیت کا ذرا خیال نہ تھا + عمر کے پانچوین سال کے آخر مین وہ بچہ میرے زیر علاج آیا + ہاضمہ جسکی جانب پیشتر کے علاجون مین کسی کی بھی کماحقہ توجہ مبذول نہوئی تھی - بالکل بے ترتیب تھا - جسم تنا ہوا سخت اور گومڑے دار تھا + اول ہفتہ کے اندر ہاضمہ نے میرے علاج کرنے سے بلاشبہ ترقی حاصل کی - پس شفا سے کلّی کا ہونا اغلب ہوگیا + ہفتہ ہفتہ جسم نیا ہوتا گیا اور چھ ہفتے مین مریض بغیر سہارے کے کھڑا ہوسکا + اوسکا جسم عرض طول مین بہت گھٹ گیا اور نہ بہت سخت رہا - اور بہت سے گومڑے جو کہ ہاتھ سے چھوکر آسانی سے معلوم کرلئے جاسکتے تھے منتشر ہوکر غائب ہوگئے + بعد نصف سال کے اُس بچہ کا سر جو کہ بہت ہی زیادہ بڑا تھا گھٹ کر قریب قریب درجۂ اوسط پر آگیا اور بچہ کی نسبت کہہ سکتے ہین کہ اب صحت ہوگئی - کیونکہ وہ مثل کسی دوسرے بچہ کے کود پھاند کرسکتا ہے اور خوش وخرم ہے +

کیا مَین جملہ دیگر امراض کو بھی گنانا شروع کرون؟ غالبًا چند ہی کے نام بتلانا کافی ہونگے -

مثلاً گلسوا کرن مول۔ پتی اوچھلنا۔ تشنج جملہ قسم کے۔ اسہال۔ ایک قسم کا گنج[1]۔ موہنا[2] وغیرہ وغیرہ۔ اِن سب کا سلسلہ ایک ہی سبب سے ملایا جا سکتا ہے۔ اِن سب کے ہمراہ تھوڑا بہت بخار ہوا کرتا ہے۔ پس انکا علاج ایک ہی طریق پر ہونا چاہئے۔

اِن جملہ امراض مین ہم ہمیشہ دو باتون مین سے ایک بات دیکھتے ہین۔ کیا تو زیادہ حرارت (گرمی) یا زیادہ ٹھنڈ (سردی)۔ جیسا کہ ہم دیکھ چکے ہین یہ دونون علامتین بخار کی ہین۔ جس سے یہ لازم آتا ہے کہ ایک ہی علاج سے دونون کو آرام بھی ہو جاویگا۔ یہ بات میتنے ہزارون مریضون مین ثابت کر دی ہے۔ بیماری کی جملہ صورتون کا سلسلہ جسم مین مادہ فاسد کے بار سے ملایا جا سکتا ہے۔ یا دوسرے الفاظ مین یُون کہین گے کہ مرض صرف ایک ہی ہے۔ جو کہ بہت سی مختلف صورتون مین ظاہر ہوتا ہے۔ پس ضروری باتون کے لحاظ سے صرف ایک ہی طریقہ علاج کی ضرورت ہے۔ جیسا کہ ہم دیکھ چکے ہین۔ مرض کی مختلف شکلین جسم کی تندرستی حاصل کرنے کی کوششین ہین۔ پس اونکو دبانا اور پوشیدہ کرنا نہین چاہئے جیسا کہ ادویات کے ذریعہ علاج کرنے والے عالمان سکھلاتے ہین بلکہ جسم کو مدد دینی چاہئے تاکہ ایسے شفایابی کے اوقات جسقدر جلد ہو سکے سب سے کم خطرناک طریق مین پیدا کرے۔ صرف اسی طریق مین جسم درحقیقت شفا پا سکتا ہے۔ اگر مرض دبا دیا جاتا ہے یا پوشیدہ کر دیا جاتا ہے تو آہستہ آہستہ لیکن یقیناً زیادہ سخت اور بالکل لاعلاج صورتین تندرستی مین واقع ہو جاتی ہین۔ کیونکہ مادہ فاسد ایسی حالت مین جسم کے اندر خاموش نہین رہتا بلکہ اوس مین

نوٹ[1] سر مین گول گول چکتے پڑ جاتے ہین اور بالون کی جڑ سے ایک قسم کا مواد بہت زیادہ نکلکر انجام کو بال گر جاتے ہین اور گنج سر مین ہو جاتا ہے۔ انگریزی مین لفظ اسکالڈ ہیڈ ہے۔

نوٹ[2] موہنا بہ نون غنہ منہ مین چھالے پڑ جانے کا مرض ہے۔

متواتر تغیرات اور شکل مین متواتر تبدلات واقع ہوا کرتے ہین۔
مرض کی تمام صورتون مین اب ایک بات متعلق غذا کے کہتے ہین + یہ ایسی ہونی چاہیئے کہ جسم مین کوئی نیا مادہ فاسد نہ داخل ہونے پاوے اور نہ اوس کی وجہ سے سڑن بڑھنے پائے چونکہ جسم کے اندر ایک زوردار عمل جاری ہے اسوجہ سے اسیر ہضم کرنے کا کام جسقدر ممکن ہو کم ڈالنا چاہیئے + پس سب سے اول بات یہ ہے کہ **مریض کو بہت تھوڑی غذا دو۔ اور اُسے کھانے پینے کی ترغیب نہ دو جبکہ وہ کھانا پینا نہین مانگتا ہے۔**
اور اس موقع پر مین چند باتین بیمارون سے **چھوت لگنے** کے متعلق اور کہنا چاہتا ہون +
کوئی بھی حاد مرض (بخار) خیال مین نہین لایا جا سکتا کہ جسکے قبل کوئی مزمن حالت (جسمین کہ جسم مین مادۂ فاسد کا بار ہوتا ہے) واقع نہوئی ہو + اسوجہ سے مزمن حالت بہت ہی خطرناک ہوتی ہے۔ یہ سچ ہے کہ یہ حالت خرابی صرف والدین سے بچون کو پہنچتی ہے لیکن یہ بات ہر حالت مین واقع ہوتی ہے جہانکہ والدین مادۂ فاسد سے بھرے ہوئے ہوتے ہین۔ اور پس ایسے مادہ کے نسلاً بعد نسل ترقی کرنے کا یہی بے خطا طریقہ ہے + جب ہم دیکھتے ہین کہ بچے کس طور سے اپنے والدین سے بیرونی جسمانی شکل۔ اونکی آنکھون کا رنگ اور انکی دماغی خاصیتون کو وراثتاً حاصل کرتے ہین تو یہ بات آسانی سے خیال مین آتی ہے کہ مادۂ فاسد (فارن میٹر یا مادۂ غیر) بھی خاصکر والدہ سے منتقل ہوتا ہے + اور اسکا فی البدیہہ ثبوت اس واقعہ سے حاصل ہوتا ہے کہ مرض کی وہی شکلین معمولاً بچون مین ظاہر ہوتی ہین جو کہ والدین مین ظاہر ہوتی تھین +
ابتک یہ خیال کیا گیا ہے کہ چھوت محض امراض حاد کی ہی حالت مین لگا کرتی ہے +

لیکن جیسا کہ مین دکھلا چکا ہون والدین سے بچّون مین مادۂ فاسد کا منتقل ہونا مرض کے منتقل ہونے سے کچھ غیر نہین ہے۔ یہی چھوُت ہے + اس مادہ فاسد کے منتقل ہونے سے مطلب مرض حاد کے سبب کے منتقل ہونے سے ہے جیسا کہ مین بیان کر چکا ہون کہ مادۂ فاسد کے بار کا دراتثاً پہنچنا مان کر ہی بچون کے امراض سمجھ مین آسکتے ہین +

سوال یہ کیا جا سکتا ہے کہ آیا امراض حاد ایک شخص کو دوسرے شخص سے پہونچ سکتے ہین؟ اور اسکا جواب "نہین" اور "ہان" دونون لفظون کے ساتھ دیا جا سکتا ہے + پورے تندرست اشخاص یعنی وہ اشخاص جنکے جسم کہ مادۂ فاسد سے بری ہین بذریعہ چھوُت کوئی بیماری حاصل نہین کر سکتے۔ خواہ وہ کتنی ہی بے سلائی[1]۔ بیکٹیریا[2]۔ یا مائی کروبس[3] بذریعہ سانس یا براہ منہ کھا کیون نجاوین + لیکن اُن شخصون کی حالت مین جنکے جسم مین کہ مادۂ فاسد (فارن میٹر) کا بار موجود ہے۔ سڑن سے پیدا ہوئی یہ چیزین اوس مادہ کے سڑنے کے لئے ایک تحریک کرنے والا سبب بنجاتی ہین۔ خصوصًا اگر مقدار حرارت اوسکے موافق ہو۔

مرض حاد کی حالت مین مادۂ فاسد متواتر جوش مین آتا رہتا ہے اور جسم اوس کو

نوٹ [1] بے سلائی۔ یہ نباتاتی ایسے چھوٹے چھوٹے جسم ہین جو کہ صرف خوردبین کی امداد سے دیکھے جاسکتے ہین۔ انکی شکل مثل لکڑی کے سیدہی ہوتی ہے یہ بھی ایک قسم کے بیکٹیریا ہی ہین +

نوٹ [2] بیکٹیریا۔ انکی نسبت خیال کیا جاتا ہے کہ یہ ایک قسم کے بہت ہی چھوٹے درجہ کے جاندار ہین جو کہ بمدد خوردبین نظر آسکتے ہین۔ یہ جاندار رقیق اشیا مین جس مین کہ کوئی اجزا کسی شے کے موجود ہون ہوا کے کچھ دیر لگنے سے پیدا ہو جاتے ہین۔ یہ ایک قسم کے باریک باریک سوتا سے ہوتے ہین معمولاً انکی شکل مثل گرہ دار چھڑی کے ہوتی ہے اور قد مین ۱/۲۵۰۰۰ ایک انچہ کا نوہزاروان حصہ لمبے ہوتے ہین +

نوٹ [3] مائی کروبس۔ گول یا مستدیر شکل کے بیکٹیریا کو مائی کروبس کہتے ہین +

خارج کرتا رہتا ہے۔ یہ حالت خاصکر اُس وقت ہوتی ہے جبکہ مریض شفا پا رہا ہے۔
یعنی جب کہ مادہ فاسد بدنی رطوبتون کے ذریعہ سے خارج ہو رہا ہے + پس اُن مریضون کے
ذریعہ سے چھوت کا خوف بہت زیادہ ہے جو کہ مرض کے دُور ہو جانے کے بعد قوت حاصل
کرنیکی حالت مین ہین + بذاتِ خود چھوت کیسے لگتی ہے۔ اس بات کو مین ایک جانی ہوئی تمثیل
کے ذریعہ سے صاف صاف سمجھانے کی کوشش کرونگا۔

آسانی سے خمیر مین آنے والی کسی شئے کا اگر ہم خمیر اوٹھائین مثلاً شراب کا پھین یا خمیر
اور اس حالت مین اُس کو کسی ایسی دیگر شئے مین شامل کرین جسمین خمیر جلد اوٹھتا ہے۔ مثلاً
گوندھے ہوئے آٹے مین یا دُودھ وغیرہ مین تو یہ بات ہر شخص کو معلوم ہے کہ اِن آخرالذکر اشیا
مین خمیر جلد پیدا ہوجائے گا بشرطیکہ گرمی کافی ہو + پس خمیر یا شراب کا پھین جو کہ خود خمیر
اوٹھنے سے ہی حاصل ہوتا ہے پھر خمیر پیدا کردیتا ہے۔ اگر دُودھ یا گوندھے ہوئے آٹے مین
اُس کو شامل کردین + ہم یون کہتے ہین کہ روٹی پھولتی ہے یا دُودھ جم جاتا ہے۔ امراض حاد
مین بھی کارروائی اسی کے موافق ہوتی ہے۔ جوش کھاتا ہوا مادہ فاسد مریض کے سانس
یا اخراجِ جسم یا پاخانہ سے نکلکر ہوا مین شامل ہوتا ہے + اب اگر یہ کسی ایسے شخص کے جسم مین
داخل ہووے جو کہ مادہ فاسد کا بار رکھتا ہے اور وہان ٹھیر جاوے یعنی فوراً خارج نہو جاے
تو اس کا اثر موجودہ مادہ فاسد پر ٹھیک ٹھیک ایسا ہی پڑے گا جیسا کہ گوندھے
ہوئے آٹے مین شراب کا پھین۔ یا دُودھ مین جامن۔ یعنی بطور خمیر کے + پس دوسرے
جسم مین ویسا ہی خمیر یعنی ویسی ہی بیماری ہوتی ہے جیسا کہ اول مین + صحیح طور سے یون
کہنا چاہیئے کہ چھوت لگنے کی کُل کارروائی بجز اسکے اور کچھ نہین ہے کہ جوش کھاتے
ہوئے مادہ فاسد کا۔ اُسکی قدرتی ہلکی حالت مین۔ کسی دوسرے شخص کے جسم مین

ٹیکہ لگاتا ہے + لیکن ایسا مادہ صرف جب ہی بطور خمیر کے اثر کرتا ہے جب کہ اوس کو کافی مادہ فاسد (فارن میٹر) پوشیدہ حالت مین کسی دوسرے شخص مین ملتا ہے[1] صرف اونھین لوگون کو کسی مرض مادے چھوت کا اندیشہ ہو کہ جنکے جسم مین کافی بار مادہ فاسد کا موجود ہے - ! (جیسے کہ عام طور سے ظاہر کیا جاتا ہے) اُن لوگون کو جن کو رجحان ایسے مرض کی جانب موجود ہے + اسوقت تک یہ بات معلوم نہین ہوئی ہے کہ یہ رجحان طبیعت کس بات سے ہوتا ہے + اس قدرتی طریقے مین مادہ فاسد کا ٹیکا لگنے مین اور غیر قدرتی طریقہ ٹیکہ چیچک مین جو بذریعہ نشتر کے لگایا جاتا ہے فرق وہی ہے جو کہ ٹیکہ لگانے کے مواد مین اور اوسکے ہلکے (بھاری) پن مین فرق ہے +

ہومیوپیتھی یہ بات بتلاتی ہے کہ تمام اشیا پتلے ہونے کی حالت مین بہت ہی زیادہ پُر اثر ہوتی ہین اس سبب سے جوش کھاتا ہوا ناقص مادہ اپنے قدرتی حالت ہلکا پن مین بہت ہی زیادہ پُر اثر ہوتا ہے جبکہ اسکو زمین اپنے موافق ملتی ہے -

الوپیتھک کی دوا کی خوراکون مین چیچک کے ٹیکہ کا اثر (مثل جملہ الوپیتھک ادویات کے) زندگی کی طاقتون پر ایک قسم کا بےحس کرنیوالا اثر ڈالتا ہے - یعنی یہ جسم سے اُس طاقت کو دُور کر دیتا ہے جو کہ جسم کے لئے امراض حاد (کیورسے ٹیوکرائی سس - بخار) پیدا کرکے مادہ فاسد کو نکالدینے کے لئے درکار ہے + خراب مواد کی مقدار کو بھی یہ بڑہاتا ہے اور اس طریقہ سے ایک زیادہ خراب - مزمن حالت پیدا کر دیتا ہے جیسا کہ مزمن امراض کے اُس ترقی کرنے سے جو کہ ٹیکہ چیچک کے رواج دینے کے زمانہ سے ہوئی ہے بخوبی ثابت ہے بخار کی تمام دیگر ادویات مثلاً کونین[1]

نوٹ [1] کونین بخار کی بہت مشہور دوائی کو عام لوگ جانتے ہین +

انٹی پائرین۔ انٹی فیبرین[1]۔ مارفیا[2] وغیرہ کا ایسا ہی اثر ہے + جسم کی تندرستی حاصل کرنے کی
کوششون کو وے محض بے حس کر دیتی ہین۔ اور مادۂ فاسد کے جوش کو کم بلکہ بند بھی کر دیتی
ہین۔ لیکن کبھی خارج نہین کرتین + اسی سے وہ امراض پیدا ہوتے ہین جو کہ پیشتر بہت کم پائے
جاتے تھے۔ مثلاً سرطان۔ بے حد گھبراہٹ۔ دیوانگی (فالج) پیرالسس۔ سل۔ اسکروفیولا
وغیرہ وغیرہ + جسم مین زیادہ زیادہ مادۂ فاسد بھرتا تو جاتا ہے لیکن بذریعہ تیز بحران
(کیورسے ہپوکرائی سس) کے اس کو خارج کرنے کی قابلیت جسم مین نہین ہوتی +
امراض مذکورہ مین بار مادۂ فاسد کا بہت ہی زیادہ ہوجاتا ہے اور پورا آرام معمولاً آیندہ
ممکن نہین + وہی ادویات جن مین کہ بحران کو بہت تیزی کے ساتھ دبا دینے کی قابلیت
موجود ہے۔ مثلاً کونین۔ انٹی فیبرین۔ انٹی پائرین۔ فی نے سٹین[3] وغیرہ اطبا کے نزدیک
بخار کی عمدہ ادویہ ہوگئی ہین۔ یہ ہمارا پختہ اعتقاد ہے کہ ایسی قسم کی ادویات تندرستی کے
نقصان پہونچانے کے لئے سب سے زیادہ خطرناک ہین۔ ایک اور بھی بات کہہ سکتے ہین۔
ہم سب لوگون کو اس امر کا تجربہ ہے کہ میڈیکل سائنس روزانہ نئی نئی قسم کی ادویات کے
استعمال کرنیکی تلاش مین رہتا ہے۔ کیونکہ پرانی قسم کی ادویات آیندہ اثر نہین کرتین +۔
ٹیوبرکلن ان آکیولیشن (مرض سل کے لئے ٹیکے) کی نسبت جو اندھا کرنے والا جوش وخروش

نوٹ ۱ یہ دونون یعنی انٹی پائرین اور انٹی فیبرین وہ ادویات ہین جو کہ ڈاکٹر لوگ بغرض پسینہ لانے
کے مریض کو دیا کرتے ہین۔ یہ ادویات زہریلی ہین۔ بڑی احتیاط سے اور مقدار مقررہ ہی مین استعمال کیجاتی ہین
بے احتیاطی سے سم قاتل ہوجاتی ہین + نوٹ ۲ مارفیا افیون کا جوہر ہے۔ اکثر قسم کے درد مین تخفیف
کرنے کے لئے دیا کرتے ہین۔ یہ بھی زہریلی دوا ہے اور نشہ بھی کرتی ہے۔ مقررہ مقدار سے زائد یہ بھی زہر قاتل ہوسکتی ہے
نوٹ ۳ یہ بھی بخار کی ایک دوا ہے جس کا استعمال ڈاکٹر لوگ کرتے ہین۔ اور سخت دردسر کی
حالت مین بھی اس کو استعمال کرتے ہین + ۱۲

(قبل اسکے کہ ایک مریض بھی ظاہرا شفا پایا ہو) ہوا تھا اوسکی یاد ضرور ہے۔ ایسا تماشا دنیا مین اسکے قبل کبھی بھی یقیناً نہین دیکھا گیا ہے + اول ہر نئی دوا ضروری قوتون کو بے حس کر دیتی ہے اور کچھ عرصہ مین جسم اوسکے لیئے ایسا بے حس ہو جاتا ہے کہ آئندہ اوسکا مقابلہ نہین کر سکتا + اب ایک نئی اور زیادہ زبردست دوا درکار ہوتی ہے کہ ضروری قوتون کو اور زیادہ بے حس کرے۔ یہانتک کہ مادہ فاسد مین جوش کا آئندہ اوٹھنا کسی طریق سے نہین روکا جا سکتا اور نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ جان جاتی رہتی ہے + ایک تمثیل سے یہ بات اور زیادہ صاف ہو جائے گی۔

ہر شخص جو کہ تمباکو پینا سیکھتا ہے اُسے آئندہ اپنے معدہ سے اُس وقت تک لڑنا پڑتا ہے جب تک کہ آخرالذکر (یعنی معدہ) اوسکی زہریلی نائکوٹین[1] کے لیئے بالکل بے حس نہ ہو جائے۔ اولاً معدہ مین کافی قوت اس بات کی ہوتی ہے کہ اس زہر کے اثر سے اپنے تئین بچانے مین کامیاب ہو۔ لیکن بہت جلد ہی اسکی قوت کم ہو جاتی ہے اور نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ زہر کے اثر سے وہ بالکل بے حس ہو جاتا ہے + بمقابلہ پیشتر کے اب ہم کو ایک اور زیادہ قوی زہر کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ معدہ پر پہلا سا ہی اثر کرے۔

وہ لوگ جو کہ تمباکو پینا شروع کرتے ہین اور اُس کو دفعتہً برداشت نہین کر سکتے وہ ہم کو متعجب کرنے والی یہ بات کہا کرتے ہین کہ اونکے معدے ابھی بہت کمزور ہین۔ اونکو اوس کی عادت ہونی چاہیئے۔ ابھی تک وہ تمباکو پینے کو برداشت نہین کر سکتے + حالت بالکل اسکے برخلاف ہے جس وقت تک کہ معدہ تمباکو کا مقابلہ کرتا ہو تو اُس سے یہ بات ثابت ہوتی ہو کہ اس مین ابھی

نوٹ [1] یہ وہ زہریلی چکنی رقیق شے ہے جو کہ تمباکو پینے سے اوس مین سے نکلتی ہے +

کافی ضروری قوت موجود ہے - یعنی اسکے زہر کو جبریہ خارج کرنے کے لئے اسمین کافی طاقت نہیں جب یہ کچھ بھی مقابلہ نہین کرتا تو گویا پیشتر کی قدرتی تیزی جاتی رہی اور بمقابلہ پیشتر کے زیادہ کمزور ہوگیا -

اِس طور پر اس پوشیدہ مادہ فاسد سے بھرنے کے بعد - جسم کو کسی اور زیادہ طاقتور بیرونی تحریک کی ضرورت ہوتی ہے - اگر اس سے مادہ فاسد کا نکلوانا منظور ہے - وجہ یہ کہ اسکی ضروری قوت کم ہوگئی ہے + مین یہ بتلا چکا ہون کہ یہ تحریک کیا چیز ہے - عموماً تو یہ موسم کا ایک تبادلہ ہے جو کہ اسکا سبب اول ہوتا ہے - اور اسی وجہ سے غیر معمولی سردی ہونے کے بعد ہمیشہ بڑی بڑی عالمگیر بیماریان ظہور مین آتی ہین -

اس موقع پر مین چند مثلین پیش کرونگا + اگر شراب کی ایک بوتل کسی اندھیرے اور سرد تہہ خانے میں آپ لیجاوین تو جوش اُس مین آسانی سے نہ آویگا - لیکن بوتل کو دھوپ مین رکھنے اور زیادہ گرم حرارت مین رکھنے سے جوش اُس مین فوراً پیدا ہونے لگتا ہے - حالانکہ بوتل بہت مضبوطی سے بند کی گئی ہے + یہ جوش نہ تو بے سلامتی اور نہ مائی کروبس سے پیدا ہوتا ہے - لیکن صرف روشنی اور حرارت سے + اُسی کے ساتھ شراب جو کی بیرونی شکل تبدیل ہوگئی ہے - اولاً صاف تھی اب گدلی ہوگئی ہے - اور اگر اب اسمین بے سلامتی موجود ہین تو وہ سڑن سے پیدا ہوئی ہین -

ہوا مین بھی ہمکو وہی بات معلوم ہوتی ہے + ایک دن تو گرمیون کا صاف و پاکیزہ دن ہمکو ملتا ہے - دوسرے دن آسمان گھرا ہوا ہے + لیکن ہر شخص جانتا ہے کہ پانی کی بھاپ جو ہوا مین بے معلوم موجود رہتی ہے وہ اکھٹی ہوکر موسم کی حرارت کی تبدیلی سے (اور اس موقع پر حرارت کی کمی سے) جم جاتی ہے + اس موقع پر ہم اس بات کو بھی دیکھتے ہین کہ کس طرح سے

ہر ایک خاص درجہ کی ٹھنڈک سے خود اُسکے موافق ہی شے نیچے گرتی ہے (اوس - کہر - بارش - اولہ - یعنی پتھر - برف) تاہم اس بات کے جاننے مین کوئی دقت نہین ہوتی کہ یہ سب چیزین پانی سے ہی بنتی ہین -

گرم ملکون کی دلدل کی جگھون مین سڑتا ہوا مادہ دلدل سے اوٹھکر ہوا مین شامل ہوتا رہتا ہے - پس ایسے شخص کا جس مین کہ مادہ فاسد کا بار موجود ہے تھوڑی دیر اس موقع پر کھڑا رہنا بخار (جوش سڑن) پیدا کرنے کے لئے کافی ہے + دلدل سے اوٹھتے ہوئے ابخرات جسم کے اندر کے مادہ فاسد (فارن میٹر) پر ایسا اثر کرتے ہین جیسا خمیر گوندھے ہوئے آٹے مین - یعنی سڑن (بخار) پیدا کرتے ہین + تمام بند پانی بھی ایسے ہی اثر کرتے ہین گو اسقدر تیزی سے نہین + پہاڑکی صاف شفاف جھیلون (جنکی پتھریلی تہ کی وجہ سے سڑن نہین ہوتی) اور زمین کے دیگر بند تالابون کے فرق کو ذرا ملاحظہ فرمائے -

بعض اوقات آخرالذکر (تالاب) بھی اچھے صاف رہتے ہین لیکن موسم کی ہر ایک تبدیلی کے ساتھ پانی مین سڑن پیدا ہوتی ہے - سڑن نیچے سے اوٹھکر تمام جھیل کو گدلا کرتی ہے - پس اکثر اس بات کی شناخت کیجا سکتی ہے کہ پانی کے نیچے کی زمین کیسی ہے - ٹھیرے ہوئے پانی مین سبکی تہ مین کیچڑ ہے - اکثر ایک قسم کا جوش - ٹھیک ٹھیک اوسی طریقے سے آیا کرتا ہے جیسے کہ دلدل کے پانی مین بوجہ تبدیل موسم کے - تب یہ دیگر اشیا مین بطور خمیر کے کام دیتا ہے +

یہ کارروائی جوش صاف طور سے نظر آسکتی ہے اگر حالت موسم سرما اور گرما کا مقابلہ کیا جائے - موسم سرما مین دلدل کا ٹھیرا ہوا پانی ذرا زیادہ صاف ہوتا ہے کیونکہ سردی سے ہر ایک طرح کا جوش اور سڑن رکتی ہے - لیکن گرم موسم مین یہ گدلا ہو جاتا ہے اور ناگوار معلوم ہوتا ہے +

سوال صرف یہ ہے کہ جب براہ راست چھوت کا لگنا غیر ممکن ہے تو کسی عالمگیر بیماری (وبائی مرض) کا سبب کیا ہو سکتا ہے۔ کیونکہ ایک ہی مرض کو آج ہم ایک مقام پر دیکھتے ہین اور کل دوسرے مقام پر۔

یہ امر ظاہر کیا جا چکا ہے کہ جسم کے اندر بغیر موجودگی مادہ فاسد (فارن میٹر) کے عالمگیر بیماریون کے ہونے کا تو کوئی سوال ہی نہین ہو سکتا + زیادہ قریب دیکھنے پر عالمگیر بیماریان ہر سال ہوتی ہوئی ہمکو ملتی ہین۔ گو کہ ہمیشہ اسقدر زیادہ پھیلی ہوئی نہین ہوتین جیسا کہ ابتدا سے ۱۸۹۰ء کا ان فلوانزا + لیکن اس بات سے کون شخص واقف نہین ہے کہ ہر سال خاص خاص وقتون پر امراض خسرہ۔ سرخ بخار۔ ڈفتھیریا۔ کالی کھانسی۔ زکام۔ ان فلوانزا۔ وبائی طریق مین ظاہر ہوتے ہین۔ عموماً عوام کے یکسان طرز معاشرت کے لحاظ سے یہ بات نکلتی ہے کہ اونمین مادہ فاسد کا بار عموماً (خواہ بحساب اوسکی مقدار خواہ بحساب اوسکی قابلیت کے) اسی طورسے ایک قسم کی یکسان حالت ظاہر کیا کرتا ہے + اب اگر ایک ہی تحریک کرنے والا سبب اس مادہ پر اثر ڈالے یعنی اگر موسم ایک ہی قسم کی بیرونی تحریک جسم کی ضروری قوتون کو دلاوے تو آخرالذکر بھی ایسی کوششین (بخار) مادہ فاسد کو خارج کرکے تندرستی حاصل کرنے کی کرینگی +

اور جبکہ بہت سے شخصون مین (مادہ فاسد کا) بار زیادہ تر یکسان ہے تو اوسی کے نتیجہ سبب سے اسی کے مطابق اثر بہت سے لوگون مین پیدا ہوگا۔ اس طورسے مرض وبائی پیدا ہوجائے گا + لیکن کسی شخص کو یہ ہرگز بھولنا نہین چاہیئے کہ امراض وبائی مین بھی علیحدہ علیحدہ مریضون کی حالت ایک سی نہین ہوتی۔ ہمیشہ اونکی علامات اور طریقہ روانی مرض مین کچھ نہ کچھ فرق ہوتا ہے + جب کبھی کہ کوئی مرض وبائی جیسا کہ ہمنے ان فلوانزا کی حالت

مین دیکھا ہے۔ آج کہین اور کل کہین ظاہر ہوتا ہے تو سبب اوسکا محض موسم ہی ہے +
اس بات مین ایسے امراض - طوفان بادوباران سے مشابہ ہوتے ہین - جو طوفان کہ بسا
اوقات وبائی طریق مین ظاہر ہوتے ہین - یعنی آج ایک جگہ اور کل دوسری جگہ + جب کہ
کوئی مرض وبائی کسی جگہ مین ایک بار بھی پھوٹ نکلتا ہے تو براہ راست چھوت کا لگنا جیسے
کہ ظاہر ہو چکا ہے - مرض کے پھیلانے مین بقیہ باتون کی کمی کو پورا کر دیتا ہے - ٹھیک ٹھیک
ویسے ہی جیسے کہ گزشتہ **وبائے انفلوانزا** مین +

ایسی وبائین جو کہ بہت دور تک پھیلی ہون سالہاسال سے حال مین کم ہوئی ہین + لیکن جیسے
کہ مذکور ہوا اسکا اکیلا سبب صرف یہی ہے کہ اطبائے لوگون کی ضروری توتون کو ایسا زیادہ
بے حس کرنا سیکھ لیا ہے کہ لوگون کو ضائع کر ڈالنے والے جملہ وبائی اوقات نازک (کیورسے
ٹو کرائی سس) مین جسم صرف اوسی وقت ضروری مقدار قوت زندگی کو بعجر باقاعدہ اکھٹا
کرتا ہے جبکہ خاص وباؤ کی وجہ سے ایسا کرنے پر مجبور ہوتا ہے + مگر اسکا نتیجہ لازمی طور سے
یہ ہوتا ہے کہ ایک اور زیادہ خراب اور تمام جسم مین مزمن (پوشیدہ) حالت مرض کی پیدا
ہو جاتی ہے اور ہمکو شک نہین ہے کہ وہ وقت ضرور آئیگا جبکہ اس امر کو سب جگہ لوگ
جان جائینگے۔

اس کل گفتگو کے مطلب کو اکھٹا کرنے پر ہم یہ باتین حاصل کرتے ہین :-

(اول) مزمن حالت امراض کے منتقل ہونے مین (یعنی والدین سے بچون مین کو) صرف مادہ
فاسد (خارن میٹر - مادۂ غیر) ہی اس ایصال کا سبب ہے + جو کوئی شخص اس طور سے مرض
کے ایک سے دوسرے مین پہونچنے کو روکنے کا خواہشمند ہے تو بس اُس کو سب سے اول
ان مواد سے نجات حاصل کرنے کی فکر کرنی چاہیے +

یہ طریقہ الیصال[1] بہت ہی خراب طریقہ مرض کے بڑھانے کا ہے۔ کیونکہ یہ بات[2] ہر مرض
مین واقع ہوتی ہے۔ حالانکہ مرض حاد کے ذریعہ چھوت صرف اوسی وقت لگتی ہے جب رجحان
طبیعت اوس طرف کو موجود ہے + اس بات کی تنقیح کہ جسم مین کس حد تک مادہ فاسد
پوشیدہ حالت مین بھرا ہوا ہے بذریعہ سائنس آف فیشیل اکسپریشن ہو سکتی ہے۔

(دوم) مرض حاد کے بذریعہ چھوت لگنے کی حالت مین۔ امراض حاد ایک شخص سے
دوسرے شخص مین سڑے ہوئے مادہ کے معمولاً بذریعہ ہوا پہونچنے سے پہونچتے ہین + لیکن اس
دوسرے شخص کے جسم مین مادۂ فاسد (رجحان طبیعت) کی موجودگی کے بغیر چھوت کا لگنا غیر ممکن ہے
کیونکہ مرض صرف اس مادہ کے سڑنے سے ہی پیدا ہوتا ہے + پس بیمار کے کمرے مین صاف
ہوا کا موجود ہونا امر مقدم ہے + بجز اسکے کہ کھڑکیاں کھلی رکھی جاوین یا مکان کو ہوادار کرنے کا
کوئی آلہ استعمال کیا جاوے، اور کوئی ذریعہ اسکے (صاف ہوا کے) حاصل کرنے کا نہین ہے +
تمام خوشبوؤن کے اور ہر قسم کے ہوائی سمیات کے اثر کو دور کرنے والی ادویات جنکا کہ
استعمال استقدر زیادہ کیا جاتا ہے مادۂ فاسد کو رفع نہین کرتین بلکہ محض ہوا کو خراب کرتی ہین!
اسی کے ساتھ وے ہماری تندرستی کے محافظ یعنی قوت شامہ کے حواس کو کند کر دیتی ہین۔
اور مریض کے بہت ہی بدبودار ابخرات کی طرف سے وے اسکو لاپروا بنا دیتی ہین۔ اونکا
عمل ٹھیک ٹھیک مثل مذکورہ بالا ادویات کے ہوا کرتا ہے یعنی بہتری کے لئے نہین بلکہ
خرابی کے لئے + تمام کوششین ان نباتاتی اجسام کو جو کہ سڑن سے پیدا ہوتے ہین ضائع

نوٹ [1] یعنی والدین سے اولاد مین وقت ولادت سے مرض کا پہونچنا +

نوٹ [2] یعنی ہر مرض بذریعہ والدین اونکے بچون مین ابتداء سے پیدائش سے ہی آسکتا ہے +

کرنے کی چاہے کتنی ہی کیجاوین لیکن اُس مین کامیابی کبھی نہو گی اور چونکہ بہت تھوڑا ہی ناقص مادہ جسم مین سڑان پیدا ہونے کے لئے کافی ہوتا ہے بس ہوا کی سمیات کا بذریعہ ادویات صاف کرنا کوشش بے فائدہ ہے + مناسب علاج محض وہی ایک ہے جو کہ جسم کو صاف کرتا ہے۔ اور مادۂ فاسد یعنی مرض کی جانب رجحان کی جڑ کو باہر نکال دیتا ہے +

آپ اس کو جانتے ہین یعنی **فریکشن ہپ** اور سٹز باتھ اور اسٹیم باتھ[1] + مریضون کے علاج مین اکثر مین اونکے متعفن اخراجات سونگھنے پر مجبور ہوا ہون + اسکے بعد فریکشن سٹز باتھ لینے کے وقت ویسی ہی بُری بُو اکثر خود میرے جسم سے نکلی ہے۔ یہ ذرا کم سخت تھی[1] اس جگہ ایک ثبوت ہمکو بہت صاف اس امر کا ملتا ہے کہ جسم کی ضروری قوتین بذریعہ غسل اس قدر زیادہ ہوگئی تھین کہ مرض کی سمیت کو وہ خارج کرسکا۔

(**سوم**) **یہ سادہ علاج ہمکو تمام وبائی امراض کے اُڑکر لگنے سے بھی بچاتا ہے** کیونکہ اوسکے ذریعہ سے مادۂ فاسد (رجحان طبیعت) جسم سے دُور ہوجاتا ہے اور بغیر اسکے کسی مرض۔ اور بس کسی وبائی مرض کا ہونا ممکن نہین +

اس طریق پر مین دکھلاچکا کہ مرض کا ایک جسم سے دوسرے جسم مین پہونچنا اور اوس سے چھوت کا لگنا صرف اوسی وقت ممکن ہے جبکہ مادۂ فاسد جسم مین موجود ہو + بغیر اس کے کوئی مرض نہین اور بغیر مرض کے کوئی چھوت نہین + لیکن جسم کے اندر مادہ فاسد (فارن میٹر) کے بارے مطلب صرف اندرونی غلاظت سے ہی ہے + جو شخص اپنے جسم کو اندر سے اور نہ کہ صرف باہر سے صاف رکھنا جانتا ہے وہ جملہ قسم کی چھوت لگنے سے محفوظ ہے + یہ

نوٹ [1] اور سن باتھ یعنی دھوپ سے غسل لینا بھی ان اور شامل ہونا چاہئیے +
دیکھو صفحہ ۱۴۶ و ۱۵۲ +

محض صفائی ہی ہے جس سے کہ شفا ہوتی ہے+ ہر شخص یہ ہمیشہ خیال کرتا ہے کہ (مرض کی) مختلف صورتون کے نیچے نئے اور مختلف اسباب پوشیدہ ہوتے ہین اور اس امر کو بالکل بھول جاتا ہے کہ نیچر بسا اوقات ایک ہی چیز کو مت زیادہ مختلف شکلون مین ظاہر کرتی ہے + یہ بات تتلی کے کیڑے اور تتلی کی حالت مین - نیز بارش - برف اولہ اوس - اور کہر کی حالت مین ہمکو نظر آتی ہے -

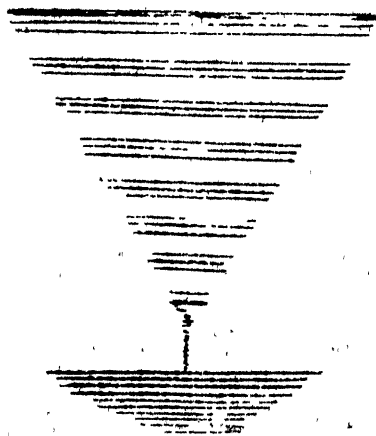
مذکورہ بالا باتون کو لحاظ کرکے اگر ہم اُن تدابیر کا خیال کرین جو کہ پیشہ ڈاکٹری امراض حاد مثلاً ڈفتھیریا - چیچک سیتلا - ہیضہ کی حالت مین چھوت لگنے کو روکنے کے لئے استعمال کرتا ہے - تو ہر شخص کو درحقیقت افسوس معلوم ہوویگا + ہم دیکھتے ہین کہ تمام گھرون سے تعلق قطع کردیا جاتا ہے - اور مکانات مین ہر جگہ **کاربولک ایسڈ** اور دیگر بیکار ہوا صاف کرنے والی ادویات کی بو بھری رہتی ہے - جن ادویات کی نسبت خیال کیا جاتا ہے کہ چھوت کے مواد کو رفع کرتی ہین + ہر شخص کا سبہ جاتا رہتا ہے جبکہ وہ بار بار اخبارون مین جہازون کے ہفتون بلکہ مہینون تک اس غرض سے **کوارنٹاین**[1] مین رکھے جانے کا ذکر پڑھتا ہے تاکہ چھوت نہ لگے + جو شخص کہ اسقدر عرصہ تک مریضون کے عملی علاج مین لگا رہا ہو جسقدر کہ مین لگا رہا ہون - تو اوسکو چھوت کے خطرات کی ایک بالکل مختلف ہی تصویر نظر آوے گی اگر اوسکی آنکھین کھلی ہوئی ہین +

نوٹ [1] یہ بحری قانون ہے کہ اگر کسی جہاز پر کسی مرض متعدی کے موجود ہونے کا شبہ ہو تو اوس کو ایک میعاد مقررہ کے لئے سب جہازون سے علیحدہ کر دیتے ہین تاکہ اوسکی چھوت دور ہو جاوے - بعد گزرنے میعاد کے وہ دیگر جہازون سے مل سکتا ہے اور اُسکے مسافرون کی آمدورفت کھول دیجاتی ہے - پہلے یہ اٹھائیس دن کا رکھا جایا کرتا تھا - اب میعاد کم بھی کر دیتے ہین - اس طریق مین علیحدہ رکھے جانے کو کوارنٹاین کہتے ہین +

مین سے ڈفتھیریا۔ سرخ بخار۔ خسرہ۔ چیچک۔ سیتلا کے بیمار بچون کو اونکے بھائی یا بہنون کے
ساتھ ایک ہی بستر پر سوتے ہوے دیکھا ہے۔ اونکے خاندان کی حالت کے لحاظ سے کوئی
اور طریقہ اختیار نہین کیا جاسکتا تھا۔ اسپر بھی چھوت نہ لگی۔ کیونکہ اُن دیگر بچون کو
(مرض کی جانب) رجحان طبیعت نہ تھا یعنی اُن مین مادہ فاسد کا بار نہ تھا جو کہ مرض کے
بڑھنے کے لئے اسکو غذائیت پہونچانے والا ہوتا + برعکس اسکے مین نے بعض گھرانون مین
دیکھا ہے کہ تمام بچے ایک دوسرے کے بعد۔ مرض سرخ بخار مین۔ ڈفتھیریا مین۔ اور چیچک سیتلا مین
بیمار ہوگئے ہین باوجودیکہ حکیمون کی راے کے موافق جملہ ہدایات متعلق ادویات صفائی پر عمل
بہت ہی پورے طور پر کیا گیا تھا ؛ ایسی حالتون مین بھی مینے بچون کے والدین کو پیشتر سے
آگاہ کردیا تھا کہ گو سردست ایک ہی بچہ بیمار ہوا ہے لیکن دیگر بچون کو بھی مرض لگ جاویگا
کیونکہ **سائینس آف فیشل اکسپریشن** کے ذریعہ سے مجھے یہ بات معلوم ہوگئی تھی کہ ایسے امراض
کی طرف انکی طبیعت میل کرتی ہے +

پس ہم دیکھتے ہین کہ ڈاکٹرون کی ان امراض وبائی کے روکنے والی مجوزہ تدابیر کیسی فضول ہین +
ہم کو صرف نیچر کی طرف دیکھنا چاہیئے تاکہ یہ معلوم ہوجاوے کہ واقعی بات ایسی ہی ہے + جنگل مین
ہم کو پرانے درختون کی جڑین ملتی ہین جنکو کیڑون مکوڑون نے کھا ڈالا ہے اور جنکے اوپر لکڑی پھول کر
مختلف چیزین پیدا ہوگئی ہین۔ اور برخلاف اسکے اوسی کے قریب ایک نیا پیڑ بڑی بہار کے ساتھ کھڑا ہے
اور یہ باوجودیکہ خطرناک دشمنان اسکے اردگرد موجود ہین یہ اونکی بالکل پروا نہین کرتا + اگر اس بچے
درخت مین مرض کا تخم لگ گیا ہوتا اور پرورش کرنیوالا ناقص مادہ اسمین بھرا ہوتا تو ضرور یہ
کیڑون مکوڑون اور سانپ کی ٹوپی وغیرہ کی پیدایش سے بری نہوسکتا لیکن حالت موجودہ
مین اسکی شاخین زور کے ساتھ نکلتی ہین۔ کوئی کیڑا۔ مکوڑا۔ اس کو ضرر نہین پہنچا سکتا۔

نہ سانپ کی ٹوپی وغیرہ کی قسم کی کوئی شئے اسپر جم سکتی ہے۔ وجہ اِن کُل باتون کی یہ ہے کہ ان چیزون کے لئے مناسب قسم کی غذا اسمین موجود نہین ہے۔

یہی میری آرزو ہے کہ جو کچھ چھوت کے بارے مین مینے کہا ہے اوسکی ضرورت کو عام لوگ بخوبی سمجھہ لیوین تاکہ ادویات سے علاج کرنے والے متعصب اشخاص کی غلط اور وہم کی تعلیم کا اثر دُور ہو۔ تب عام لوگ کسی متعدی مرض کے چھوٹنے پر اپنی عقل کو ہاتھ سے نہ دینگے بلکہ صبر اور اطمینان کے ساتھ علاج مین مصروف ہونگے +

وجع مفاصل اور نقرس۔ عرق النساء۔ عضو کا مڑ جانا۔ لنگڑا و لنجا پن

ہاتھوں اور پیروں کا سرد ہونا۔ سر کا گرم ہونا

ان سب کا سبب اور علاج

ایک لکچر

لیڈیز اور جنٹلمین!

رُوما ٹزم یعنی وجع مفاصل یا گٹھیا کا مرض ایسا زیادہ پھیلا ہوا ہے کہ اُس ترقی کا ذکر سُننے سے جو کہ مین نے اُسکے علاج مین کی ہے۔ آپ لوگون کو دلچسپی ہوگی + زمانہ سابق مین صرف زیادہ عمر کے اشخاص خاصکر مرد ہی اس وجع مفاصل مین مُبتلا ہوتے تھے لیکن آجکل کسی عمر اور کسی جنس کے شخص کو یہ نہین چھوڑتی۔ بچے بھی خاصکر اس مین گرفتار ہوتے ہین + یہ بات بھروسہ کے ساتھ کہی جا سکتی ہے کہ باوجود بیشمار ادویات کے جو اس مرض مین استعمال کیجاتی ہین۔ یہ مرض بڑھ گیا ہے۔ جسم کا ہر حصہ اسمین مُبتلا ہو سکتا ہے + ایسا کون ہے جس نے کسی نہ کسی وقت گٹھیا کے اُن موذی دردون کو پیر۔ ہاتھ۔ کندھے۔ سر۔ یا دانتون مین برداشت نہ کیا ہو + سب سے زیادہ خوف دلانے والا غالباً وہ درد ہے جو کہ جوڑون مین ہوا کرتا ہے۔ یعنی آرٹیکو روما ٹزم[1] +

[1] اسکو روماٹک فیور بھی کہتے ہین۔ یعنی جوڑون مین درد اور شدت سے بخار ہوتا ہے +

لوگ اس مرض کے سبب کے دریافت کرنے کے لئے بہت کم تکلیف اوٹھاتے ہین۔
یہ بات ہمیشہ کہی جاتی ہے کہ "مجھے سردی لگ گئی ہے" درحقیقت یہ تعجب کی بات ہے
کہ ہماری صدی کی ایجاد کرنے والی ذہانت نے کسی قسم کا ایسا موسم نکالنے کی کوشش
نہین کری جسمین کہ جوان اور بوڑہون کو زکام پیدا کرنے کی قابلیت نہو + لیکن اس سردی
لگ جانے کے بارے مین کچھ اور بھی کہنا باقی ہے + فرض کیجئے کہ سردی اور تری کے
موسم مین سپاہیون کی ایک رجمنٹ کھلے ہوئے میدانون مین باہر بھیجی گئی ہے۔ یہ لوگ
قریب قریب ایک ہی عمر کے اور عام لوگون کی راے مین قریب قریب ایک ہی تندرستی کے
منتخب لوگ ہوا کرتے ہین + اونکی واپسی پر یعنی رجمنٹ کے میدان سے واپس آنے پر مختلف
طریقون مین اثر ظاہر ہونگے + بعض اونمین کھانسی اور زکام کی شکایت کرینگے۔
دوسرے لوگ شاید دانت کے درد کی یا چند دیگر لوگ درد گٹھیا کی۔ لیکن زیادہ حصہ آدمیون کا
اپنی اچھی حالت تندرستی مین ہووے گا یا کہ خفیف علالت مثل دردسر سے نجات
ہی حاصل کرچکا ہوگا + لیکن اس سب کا سبب موسم ہی بتلایا جاتا ہے۔ اور وہ
لوگ جو کہ ایسا کہتے ہین ظاہرا صحیح کہتے ہوئے معلوم ہوتے ہین۔ کیونکہ لوگون کے
جسمون مین تبدیلیان (جیسا کہ خود اونکو معلوم ہوا) اونکے ہمیشہ کھلی ہوئی ہوا مین
ہونے سے ہوئین + مگر اول سبب اسکا غلط جگہ مین تلاش کیا جاتا ہے + دنیا مین
مشکل سے ہی کوئی نتیجہ مقابلہ اوسکے کہ جو اس موقعہ پر نکالا گیا ہے زیادہ غلط نکالا گیا
ہوگا یعنی کہ ایک ہی موسم ایک شخص کو تو ایک ہی وقت مین بیمار کرسکتا ہے اور دوسرے کو
اچھا + اور یہ ایک امر واقعی ہے کہ صدیون تک بیمار انسان کو درحقیقت بہت ہی تھوڑی امداد
ایک ایسے مسئلہ مرض سے پہونچائی گئی ہے جو کہ اس قسم کی ایک دوسرے سے ضد

باتون کو حل کرنے کے ناقابل ہے - برخلاف اسکے گٹھیا کی شکایتین خاصکر بہت زیادہ بڑھ گئی ہین +

گٹھیا کا اثر صرف جسم کے ایک جانب ہوا کرتا ہے - یا صرف ایک ٹانگ ایک بازو یا ایک کندھے پر + میری راے مین محض یہی واقعہ کافی طور سے ثابت کرتا ہے کہ موسم کا قصور نہین ہے کیونکہ یہ بات بالکل قیاس مین نہین آتی کہ گٹھیا صرف ایک ٹانگ یا ایک بازو کو ہی پکڑ لیتی ہے جب کہ دونون ٹانگ اور دونون بازون پر ایک سا ہی اثر باہر کی جانب سے پڑا تھا - یہ بھی اکثر ہوتا ہے کہ کوئی شخص ایک ہوادار دریچی کی جانب اپنا داہنا ہاتھ کرکے بیٹھتا ہے مگر گٹھیا کا اثر اوسکے بائین ہاتھ مین ہوتا ہے اگرچہ بایان ہاتھ بمقابلہ داہنے کے ہوا سے زیادہ دور تھا اور زیادہ محفوظ تھا + پس اگر ہم گٹھیا سے بچنے مین بمقابلہ بیشتر کے زیادہ کامیابی چاہتے ہین تو ہم کو چاہیئے کہ اوسکے سبب کی زیادہ ہوشیاری کے ساتھ تلاش کرین -

اول ہمکو یہ بات غور سے دیکھنی چاہیئے کہ اس بیماری اور دیگر امراض مین کیا کیا باتین مشترک ہین +

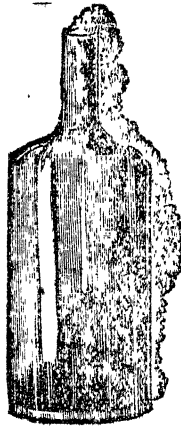
اگر ہم اچھے طور سے گٹھیا کے کسی مریض کا امتحان کرین تو ہم کو معلوم ہوگا کہ اوسکو بخار بھی ہے - اور درد کے مقامات مین ورم اور سوزش موجود ہے - ہاضمہ بھی درست نہین ہے + ہم یہ بات بھی دیکھتے ہین کہ سوزش خاصکر **آرٹیکولر روماٹزم** کی حالت مین ہمیشہ مقامات مقررہ مین ظاہر ہوا کرتی ہے + وہ علامات جو کہ بتلائی گئی ہین ہم کو فوراً سبب کے ایک درجہ قریب تر لیجاتی ہین - سردست ہمکو تین علامتون تک محدود رکھنا چاہیئے یعنی بخار سوزش - اور ضعف ہاضمہ - اور اس بات کو دریافت کرنا چاہیئے کہ کس وجہ سے یہ باتین

پیدا ہوئیں + یہ بات تو مین لکھ چکا ہون کہ جوڑون کی گٹھیا مین درد ہمیشہ مقررہ مقامات پر ہوا کرتا ہے + لیکن تعجب ہے کہ میرے وسیع تجربہ مین ایک مرتبہ بھی ایسا نہوا کہ آرٹیکولر روماٹزم کے مرض مین بڑا حصہ درد کا - علاوہ جوڑ کے نیچے کے کسی اور دوسرے مقام پر معلوم ہوا ہو - مثلاً گھٹنے کے اوپر کی جانب کبھی نہین بلکہ ہمیشہ اوسکے نیچے کی جانب - یہ بات اتفاقیہ نہین ہے بلکہ اسکا کوئی سبب ضرور ہوگا -

جیسا کہ بیان کر چکے ہین جسم مین فارن میٹر (مادۂ غیر - مادۂ فاسد) بغیر بخار پیدا کئے ہوئے جس سے کہ مادہ جسم سے نکلے - اکثر جسم مین پھیل جاتا ہے + ایسی حالت مین جسم اسقدر زیادہ فارن میٹر سے بھر جاتا ہے جس قدر کہ اوسکا بھر جانا ممکن ہے - بہر کیف برفستان مین اور معتدل ملکون مین یہ حالت واقعی بالغ اشخاص کی ہوا کرتی ہے + اگر ایسی حالت مین ہوا کی حرارت دفعتاً گھٹ جاوے تو مواد اپنی اصلی جگہ کو پھر واپس ہونے لگے گا + یہ بات ہم جانتے ہین کہ گرمی سے تمام چیزین پھیلتی ہین اور سردی سے سکڑتی ہین + یہ عام قدرتی قاعدہ جسم انسان مین بھی صحیح پایا جاتا ہے - بخار کی حالت مین اس پھیلنے کو ہم صاف صاف معلوم کرتے ہین اور برعکس اسکے جوتوں اور دستانون کے اندر سردی سے ہاتھ پیرون کا سکڑنا + اعضا کا اس طور سے سکڑنا اس مادۂ فاسد پر جو کہ اونمین جمع ہے ایک قسم کا دباؤ ڈالتا ہے - اوس کو (مادۂ فاسد کو) حرکت دیدیتا ہے اور اوسکی اصلی جگہ یعنی پیڑو کی طرف اوس کو واپس کرتا ہے + جوڑون مین مادہ فاسد اکٹھا ہو جاتا ہے - اسکی رفتار مین جوڑون کی متواتر حرکت سے رکاوٹ ہو جاتی ہے - اس رکاوٹ کے مقابل مین دباؤ[ل] پڑنے سے سوزش معہ ورم پیدا ہو جاتی ہے - جس سے کہ سخت درد معلوم ہونے لگتے ہین - اور چونکہ مادہ واپسی کی حالت مین ہے سوزش

نوٹ ل یعنی اس مادہ کے دباؤ پڑنے سے جو کہ پیڑو کی طرف واپس ہو رہا ہے +

معہ ورم اور درد ہمیشہ جوڑون سے نیچے معلوم ہوا کرتے ہین - یعنی گھٹنے کے نیچے - کندھے کے جوڑ کے نیچے وغیرہ وغیرہ -

سپاہیون کی تمثیل پر اگر ہم پھر غور کرین تو ہمکو اور بھی زیادہ یقین اس بات کا ہوتا ہیگا کہ مرض کا اصلی سبب خود جسم کے اندر ہونا چاہیے اور تمام وہ بات جو کہ موسم کرتا ہے یہ ہے کہ جسم مین ایک قسم کی تبدیلی پیدا کردیتا ہے یعنی مرض اور ناقص حالت کو حالت عادیعنی حالت بحارثیت تبدیل کردیتا ہے + پس مرض کی علامات صرف جسم کے اونھین حصون مین ظاہر ہوتی ہین جنمین کہ نارن میٹر (مادہ غیر- مادہ فاسد) کی کچھ مقدار موجود ہے -

تصویر بوتل

ہمکو یہ بات بہت صاف معلوم ہوگئی ہے کہ آرٹیکولر رومائزم کس طور سے پیدا ہوتی ہے + اگر ہم گٹھیا کے کسی مریض کا علاج کرنا اختیار کرین تو مقامات ماؤف کا کوئی مقامی ہی علاج کرنا بیشک خلاف عقل ہوگا + تکلیف کم کرنے کے لئے - مادہ کو پتلا کرنے کے لئے اور اس کے لئے راستے کھول دینے کو ایک مقامی **اسٹیم باتھ** دیا جاسکتا ہے - لیکن شفا

حاصل ہونے کے لئے فارن میٹر (مادۂ غیر۔ مادۂ فاسد) کو رفتہ رفتہ قدرتی آلات اخراج مواد کی جانب کھینچ لینا چاہیئے اور وہاں سے خارج کر دینا چاہیئے +

بیشک یہ بات صرف آرٹیکولر روماٹزم کے ہی بارہ مین صحیح نہین بلکہ عموماً روماٹزم کے بارے مین + جہان کہین کہ یہ گٹھیا ظاہر ہوتی ہے۔ مثلاً کندہون مین۔ کمر مین کسی جا مین گردن یا جوڑون مین۔ (وہان یہ) رگڑ کی وجہ سے ظاہر ہوتی ہے۔ فارن میٹر کے لئے کوئی رکاوٹ یا مقابلہ کرنے کے لئے کچھ نہ کچھ ہونا چاہیئے۔ جسم کے اندر جوش کھائے ہوئے مواد کو رکاوٹ ملتی ہے۔ کیونکہ جوش جیسے کہ بوتل کی حالت مین پھیلتا ہے۔ بغیر رکاوٹ پائے ہوئے نہین پھیل سکتا + بوجہ اُس رکاوٹ کے جو کہ اعضا سے۔ مثلاً گردے معدے۔ دل۔ پھیپھڑے اور جوڑون سے ہونچتی ہے۔ ہر جگہ رگڑ پیدا ہوتی ہے + اگر حرکت زیادہ ہے تو درد پیدا ہو جاتا ہے + لیکن یہ بات صاف ہے کہ چونکہ فارن میٹر اعضا سے لگتا ہے۔ اونمین اکٹھا ہوتا ہے اور جگہ قایم کر لیتا ہے اس وجہ سے آخر الذکر (یعنی اعضا) مین ایک تبدیلی واقع ہوتی ہے اور اونمین مرض پیدا ہو جاتا ہے۔

تمام درد تمام روماٹزم یعنی گٹھیا (خاص لفظ سے کچھ سروکار نہین ہے) ہر ایک قسم کی چیس۔ جلن کا معلوم ہونا۔ ہر ایک قسم کا دباؤ صرف رگڑ سے ہی پیدا ہوتا ہے اور رگڑ فقط حرکت سے ہی آتی ہے +

یہی بات ہے جو کہ مین آپ صاحبون سے گٹھیا یعنی روماٹزم کے سبب کے متعلق سب سے اول کہنا پسند کرونگا + اس مسئلہ کے ثابت کرنے کے لئے منجملہ بہت سی حالتون کے چند حالتون کا جو میرے مطب مین بار بار ملتی ہین اب مین ذکر کرونگا اور اس طریق سے ایکو طریقہ علاج سمجھاؤن گا۔

اس سال کے شروع مین مجھے ایک عورت نے بلایا جو کہ حسب بیان اوسکے شوہر کے روماٹزم کے مرض مین بہت ہی گرفتار تھی۔ خاصکر داہنی ٹانگ مین۔ اوسکے اوپر بھی جوڑ مین۔ کمر اور گردن مین + عورت نے یہ سوال کیا کہ " اے مسٹر کیوہنی۔ آپ کس علاج کے کرنے کا ارادہ کرتے ہین " پیشتر کے علاج مین جو کہ چند ہفتون تک ہوا تھا کوئی کامیابی نہ ہوئی تھی + اس قسم کے سوالات سُننے کا مَین عادی ہوگیا ہون + اول مَین نے یہ بات بتلائی کہ کس طور سے یہ درد پیدا ہوئے تھے + مینے جواب دیا کہ " میرے تجربہ کی رو سے ٹانگون کے۔ کمر اور جانگھون کے علاج کرنے سے (اونکو گدّے۔ روئی کے پھاہے وغیرہ مین لپیٹنے سے) کچھ مقصد براری نہوگی + تمام درد جنکی آپ شکایت کرتی ہین وے اندرونی بخار کی علامات ہین + پس ہم کو گرمی سے کام نہین لینا چاہیئے بلکہ خرابی کی جڑ تک پہنچنا چاہیئے اور بڑھی ہوئی گرمی کو کم کرنا چاہیئے۔ اس طریق علاج کی صحت آپ کو جلد نظر آجاوے گی۔" چونکہ عورت بالکل ہاتھ پیر نہ ہلا سکتی تھی اس وجہ سے غسل دینے کا ٹب اوسکے پلنگ کے قریب رکھا گیا۔ اُس مریضہ کو جو کہ ذرا سی حرکت پر بھی بڑے زور سے چلّاتی تھی تین اشخاص نے مل کر پانی مین بٹھلایا + مَین نے بیمارون کی ایک دایہ کو بتلایا کہ اُس بیچاری مریضہ کو ایک فریکشن سٹز باتھ کرائے + مَین خیال کرتا ہون کہ پندرہ منٹ بھی نہوئے ہونگے جبکہ وہ مریضہ جو کہ ابتدا مین متواتر کراہتی رہی تھی۔ چپ ہوگئی۔ مینے کہا " کیا خوب تم تو دفعتًا بڑی خاموش ہوگئین " اسکا جواب اوسنے یون دیا کہ۔ " ہان سب درد جاتے رہے " اس سے آپ دیکھتے ہونگے کہ علاج صحیح ہوا تھا + کمر۔ جانگھون اور گردن مین درد ابھی تک لیٹے رہے اوٹھتے تھے جیسے کہ مَین بتلا چکا ہون۔ اور صرف ایسے ہی علاج سے اچھے ہو سکتے تھے + چند دنون مین وہ عورت بغیر مدد پلنگ سے اوٹھنے اور خود غسل کرنے

کے قابل ہوگئی اور چند ہفتوں مین وہ پھر اپنا کام کرنے لگی +

ایک دوسرا واقعہ اور ہے + ایک زیادہ عمر کے شخص نے جو کہ مہینوں سے **اکیوٹ آرٹیکولر روماٹزم** کا علاج بغیر کچھ نفع حاصل کئے ہوئے کرا رہا تھا۔ مجھے طلب کیا اور مجھسے دریافت کیا کہ کیا مین اوسکی ایسی حالت مین امداد کرسکونگا + **سائنس آف فیشل اکسپریشن** کے ذریعہ سے تشخیص کرنے کے بعد مینے بتلایا کہ اوسکی امداد کرنے کے لئے ابھی بہت دیر نہین ہوئی ہے + اسکی بائین ٹانگ مین درد تھا۔ علاج اوسی طریق پر کیا گیا جیسے کہ پیشتر کی مریضہ کی حالت مین۔ اور دو غسلون نے اس شخص کو پیدل واپس جانے کے قابل بنا دیا۔ حالانکہ وہ گاڑی مین آیا تھا + اب سوال یہ ہے کہ صرف بائین ٹانگ مین مرض کیون ہوا اور داہنی ٹانگ مین کیون نہین ہوا +

اس بات کو مین تمثیل کے ذریعہ سے سمجھاؤنگا +

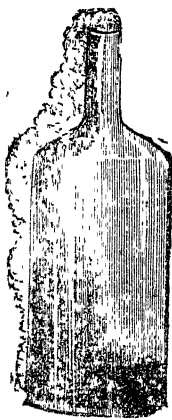
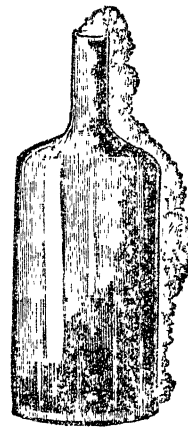
اُس لکچر مین جو کہ مینے بخار پر دیا ہے۔ مین مادہ فاسد کے ایک ہی جانب اکٹھے ہونے کو بوتل کے اندر اسی کی مانند کارروائیون کو دکھلا کر مشرح بیان کرچکا ہون + غالبًا آپ لوگون کو بھی بغیر اور زیادہ سمجھانے کے صاف معلوم ہوگیا ہے کہ ایک جانب کا مرض فارن میٹر کے ایک ہی جانب اکھٹا ہونے سے پیدا ہوتا ہے + اب آپ شاید یہ بات دریافت فرمائینگے کہ آخر الذکر حالت کیسے پیدا ہوتی ہے۔ کیونکہ یہ اغلب ہے کہ جسم جہانتک کہ ممکن ہے زیادہ جگہ کرنے کے لئے مادہ کو (الگ الگ) تقسیم[1] کردیگا + ہان واقعی یہ اجتماع معمولًا ایک ہی جانب نہین ہوتے ہین۔ بلکہ وے قریب قریب

نوٹ [1] یعنی جسم مادہ فاسد کو تمام اپنے مختلف حصون مین علیحدہ علیحدہ پہونچا دیویگا +

ہمیشہ ایک جانب شروع ہوا کرتے ہین - اور اُسی جانب ہوتے رہتے ہین جب تک
کہ وہ جانب ضرورت سے زیادہ بھر نہ جاوے - جسکی وجہ سے کہ مادہ کم وبیش دوسری
جانب مجبوراً جاتا ہے + لیکن اول جانب بہت عرصہ سے (مادہ) زیادہ جمع ہورہا ہے +
ایک طرف اکھٹے ہونے کا سبب محض کشش سے متعلق ہے - یہ سبب محض اس بات سے
پیدا ہوتا ہے کہ مادہ اُس قاعدہ کا پابند ہے جو کسی شی کو مرکز کشش کی طرف رجوع کرتا ہے +
چند سادہ تجربون سے یہ بات صاف ہوجاے گی + فرض کیجیے کہ ہم کانچ کی دو بوتلون کو
لیوین - اولاً اونکو پانی سے بھر کر بند کردیوین اور اسی حالت مین اونکو رات بھر رہنے دیوین +
صبح کے وقت اونکو دیکھنے سے ہمکو کوئی تبدیلی معلوم نہین ہوتی اور نہ یہ معلوم ہوسکتا ہے
کہ بوتلین کس جانب پڑی رہی ہین + لیکن اگلی شب اگر ہم تھوڑی سی مٹی ہر ایک بوتل کے
پانی مین ملاکر اُس کو ہلا دیوین اور پھر اُن بوتلون کو پہلے دن کی سی حالت مین رکھدیوین تو
اگلی صبح کو ہمکو ایک فرق نظر آوے گا + بوتلون کو ہوشیاری کے ساتھ اوٹھانے سے ہمکو
فوراً معلوم ہوجاتا ہے کہ شب گزشتہ مین وہ کس جانب رکھی رہی ہین + کیونکہ جس جانب
وہ رکھی رہی ہین اُس جانب مٹی جمع ہوجاے گی جسکے اوپر کہ پانی بالکل صاف ملے گا + اور
اگر تیسری شب اس مٹی مین ہم کوئی چیز تیز خمیر پیدا کرنے والی شامل کردیوین تو اوس کے بعد
صبح کو ظاہرا حالت تو ایک سی ہی معلوم ہوگی لیکن بوتلون کو کھولنے پر اور اونکو کسی گرم جگہ
لیجانے پر بوتل کے اندر اس بیٹھی ہوئی مٹی مین جوش پیدا ہونے لگے گا + جوش کھاتا ہوا مادہ
اوٹھکر اُس طرف کو نکل جاتا ہے جس جانب کہ بوتل لیٹی رہی ہے + (دیکھو تصاویر - اے - ڈی)
پس یہ کوئی محض اتفاقیہ ہی بات نہین ہے کہ مادہ بوتل کی ایک خاص جانب سے
نکل جاتا ہے کیونکہ یہ ہمیشہ اُس ہی جانب سے نکلے گا جس جانب کہ بوتل مین یہ اکھٹا ہوا تھا +

مٹی مین بغیر کسی خاص خمیر کے بھی جوش شروع ہوا ہوتا - ایسی حالت مین اسکا انحصار صرف موسم کے اثر پر ہوا ہوتا - اور اسکے لئے شاید ہمکو بہت عرصہ انتظار کرنا پڑا ہوتا + اگر جوش کھاتے ہوئے مادہ کو کسی پھیلنے والی - عمدہ طور سے بند بوتل کے اندر آپ خیال مین لاوین تو اُس مین آپ کو جسم انسان سے اور بھی زیادہ مطابقت رکھتی ہوئی تمثیل ملے گی + جوش کھاتے ہوئے مادہ کے ٹکڑون کو جگہ کی ضرورت ہے - اور اُس کو وہ بوتل

تصویر ذی

تصویر لے

کے اطراف کو پھیلا کر حاصل کرتے ہین - کیونکہ بوتل تو بند ہے +

ان کارروائیون کو جو کہ جسم کے اندر ہوتی رہتی ہین یہ سادہ تجربے تمثیل کے ساتھ بتلاتے ہین - مادہ نیچے کی سمت مین جمع ہو جاتا ہے اور اس بات کا انحصار کہ یہ نیچے کی سمت کونسی ہے خاصکر اُس طریقے پر ہوتا ہے جو کہ ہم سونے کی حالتین اختیار کرتے ہین +

کسی پورے تندرست شخص کو دیکھ کر کوئی شخص یہ نہیں تمیز کر سکتا ہے کہ وہ شخص کس بل سونے کا عادی ہے + اُسکو یہ بالکل یکسان ہے کہ آیا داہنی کروٹ سوئے یا بائین - کیونکہ وہ ایک جانب ایسے ہی آرام سے لیٹ سکتا ہے جیسا کہ دوسری جانب + لیکن جب کہ جسم مین فارن میٹر (مادّہ غیر- مادّہ فاسد) کا بار موجود ہے تو میرے نئے طریقۂ تشخیص کی رُو سے یہ بات کہ بمقابلہ ایک جانب کے دوسری جانب اجتماع مواد کم ہے یا زیادہ - فوراً جان لینا بہت آسان ہے + جبکہ اجتماع مواد بہت ہی زیادہ ہو گیا ہے تو اسکا تقسیم[1] ہونا زیادہ تر باقاعدہ ہو جاتا ہے - حالانکہ حالت ایسی بے چینی کی ہو جاتی ہے کہ شخص معلول کسی کروٹ بھی آرام کے ساتھ نہین لیٹ سکتا ہے بلکہ بیقراری کے ساتھ ہاتھ پیر مارتا اور کروٹین بدلتا ہے +

جب کہ ایک جانب خاصکر بھری ہوئی ہے تو یہ سمت بمقابلہ دوسری سمت کے زیادہ آسانی کے ساتھ یا زیادہ شدت کے ساتھ مبتلاے مرض ہووے گی + پس آپ لوگ دیکھتے ہین کہ یہ بات کیسے ممکن ہے کہ مثلاً کوئی شخص اپنا داہنا ہاتھ کسی ہوادار کھڑکی کے سامنے کر کے بیٹھے اور پھر بھی اوسکے بائین ہاتھ مین گٹھیا ہو جاوے +

یہ بات سچ ہے کہ جسم انسان مین ایک جانب مادّہ کا جمع ہونا ایسا جلد واقع نہین ہوتا جیسا جلد کہ بوتل کے اندر + لیکن بچے اکثر مادّہ کا بار ایک ہی جانب لئے ہوئے پیدا ہوتے ہین - اسکی وجہ کیا تو اونکی والدہ کا ایام حمل مین ایک ہی جانب لیٹ کر سونے کا عادی ہونا - یا وہ جگہ جو کہ بچہ نے رحم کے اندر اختیار کر لی تھی - ہوتی ہے +

نوٹ [1] یعنی فارن میٹر کا جسم کے حصون مین منتشر ہونا یا پہونچنا +

اب آپ پر یہ بات واضح ہو وے گی کہ سپاہیون کی حالت مین جنکا ذکر کہ اوپر آچکا ہے کیون درد دندان وغیرہ ایک ہی جانب ہوا تھا اور اسی طور سے آپ کو یہ بھی بغیر دقت کے معلوم ہو جاوے گا کہ کیون میرے مریض کی صرف بائین ٹانگ مین ہی گھٹھیا ہوئی تھی + متواتر برسون تک اپنی بائین کروٹ سے ہی وہ سویا کرتا تھا اس وجہ سے بار (فارن میٹر کا) ایک ہی جانب ہوا تھا +

سب سے پچھلے مریض کا علاج کرنے کے تھوڑے عرصہ بعد شہر مگڈی برگ مین ایک ایسے واقعہ گھٹھیا کے متعلق جس کو کہ عجیب خیال کرتے تھے - مشورہ لینے کے لئے مجھے بلایا + پس مین گیا - اور دیکھا کہ مریض بالکل معمولی قسم کا تھا - صرف علامات بہت سخت تھین + گھٹنا اور ٹخنے بے حد سوجے ہوئے تھے اور درد کرتے تھے - اور گھٹنے کے اوپر کا حصہ بھی بہت سوجا ہوا تھا - پس مریض اپنی ٹانگ سیدھی نہین کرسکتا تھا + اوسنے مجھ سے کہا کہ اوسنے اپنی زندگی مین بہت تکلیف اوٹھائی تھی - مرض نے ہر سال اوسپر حملہ کیا تھا اور ہر دفعہ مرض زیادہ بگڑتا گیا + سر سے پیر تک وہ شخص مادہ ناقص سے بھرا ہوا تھا +

نیا فارن میٹر (مادہ غیر) اوسکے گھٹنے کی طرف دباؤ ڈال رہا تھا - حالانکہ پرانا واپس جانا چاہتا تھا - سختی جلد[1] آگئی ہوتی اور تب یہ مرض نقرس ہوگیا ہوتا - اسکی وجہ تھوڑی سی یہ تھی کہ مرض کا ابتک ہمیشہ مقامی علاج گرمی سے کیا گیا تھا + یہ سچ ہے کہ اس علاج[2] مین حالت تبدیل ہوگئی تھی اور ظاہرا شفا ہوگئی تھی - لیکن درحقیقت مرض - محض تبدیل

نوٹ [1] یعنی اگر علاج ٹھیک ٹھیک میرے طریقے سے شروع نہوا ہوتا تو گھٹنے مین سختی آگئی ہوتی اور یہی پھر نقرس کہلاتا +

نوٹ [2] یعنی مقامی علاج مین جو ہمیشہ گرمی سے کیا گیا تھا +

ہو کر۔ مرض مزمن ہو گیا تھا۔ مواد خاموش پڑا تھا۔ لیکن ہر قسم کی جدید سٹرن سے حرکت مین آنے کے لئے طیار تھا +

مقامات معلول اولاً بذریعہ اسٹیم باتھ ملایم کئے گئے اور مادہ ناقص کو کھینچنے کے لئے بہت دیر دیر تک ٹھنڈے غسل لئے گئے +

چند ہی دنون مین اس علاج کو بہت ہی بڑی کامیابی حاصل ہوئی۔

ایک مرتبہ ایک عورت نے جسکے ہاتھ پیرون مین مرض نقرس کی بہت ہی تکلیف تھی مجھسے مشورہ لیا + اسنے کہا کہ تمام علاج جو کہ ابتک کئے گئے بے سود ہوئے ہین + مَینے اُس کو یہ سمجھانے کی کوشش کی کہ اوسکی بیماری محض ہاضمہ ناقص کے باعث ہوئی ہے اور افاقہ جب ہی ممکن ہے جبکہ آخرالذکر (یعنی ہاضمہ) درست ہو جائے اور جبکہ انتڑیان[1] اور جلد[2] اپنے اپنے کامون کو مناسب طور سے کرنے لگین + مَین نے اوس کے لئے تین فریکشن ہپ باتھ روزانہ تجویز کئے۔ نیز مناسب غذا تاکہ کوئی نیا فارن میٹر (مادۂ غیر مادۂ فاسد) جسم مین داخل نہو جائے + چند ہفتہ بعد جوڑ اسقدر سرد نہ رہے جیسے کہ پیشتر تھے بلکہ کافی گرم ہو گئے۔ ذرا سے فاصلہ پر گرمی صاف طور سے محسوس ہو سکتی تھی +

پس ٹھنڈے غسلون نے جسم مین سردی پیدا نہین کر دی تھی بلکہ گرمی + اونکا کام فارن میٹر کو دُور کر دینے کا ہے اور اس طریقہ مین خون مین عمدہ دوران پیدا کر دینے کا جس سے گرمی صحیح آجاتی ہے + تھوڑے عرصہ کے اندر جوڑون مین سے حرارت رفع ہو گئی۔ اور جسم مین اصلی (قدرتی) درجہ کی گرمی آگئی۔ اور مریضہ کو آرام ہو گیا +

نوٹ [1] انتڑیون کی راہ سے پأخانہ خارج ہوتا ہے +

نوٹ [2] جلد کی راہ سے پسینہ خارج ہوتا ہے اور مواد بشکل ابخرات بے معلوم نکلتا رہتا ہے +

مرض نقرس کا ایک دوسرا واقعہ۔

ایک خاندان مین جہان کہ مینے چند ہفتے بچون کا علاج کامیابی کے ساتھ کیا تھا۔ مجھے ایک چھوٹے کمرے کے اندر بلایا گیا۔ جس مین مجھسے کہا گیا کہ اُن بچون کی دادی رہتی ہے۔ اُس سینے مجھسے ایک بات کہنے کی اکثر خواہش ظاہر کی تھی + اوسنے کہا۔" مین دیکھتی ہون کہ میرے پوتون کے علاج مین آپ کو کیسی کامیابی ہوئی ہے۔ کیا آپ میری بھی امداد نہین کر سکتے ؟ مین بڑی تکلیف مین ہون اور اُن تمام لوگون کو جو میرے گرد رہتے ہین بہت بڑی تکلیف دیتی ہون۔ مین تین سال سے پلنگ پر پڑی ہون"+ مینے مختصراً جواب دیا کہ " یہ بالکل ممکن ہے۔ اگر چند حالتین مہیّا کر لیجائین۔ یعنی یون کہیئے کہ انتڑیون۔ گردون۔ اور جلد کا پہلے سے عمدہ فعل + آپکی بیماری اخراج مواد مین نقص آنے سے پیدا ہوئی ہے"

مسٹر کیوہنی ! شاید اس بات مین آپ صحیح ہین۔ واقعی مین اس سے بڑی خوش ہوئی۔ کئی سال سے مجھے پسینہ نہین آیا ہے۔ پیشتر مجھے بہت پسینہ آیا کرتا تھا + انتڑیون کا بھی یہی حال ہے۔ چوتھے پانچوین یا چھٹے دن ایک دفعہ۔ ورنہ میرا ہاضمہ اچھا ہے +"

لوگون کو یہ اکثر کہتے ہوے سنا جاتا ہے کہ اونکا معدہ اور ہاضمہ دونون بہت ہی عمدہ ہین۔ صرف اونکو قبض کی تکلیف ہی + یہ ایک بڑا ثبوت اس بات کا ہے کہ لوگ عمدہ ہاضمہ سے کسقدر کم واقف ہین + مین نے مریضہ کو جواب دیا کہ " ہان۔ غذا جسم مین داخل تو آسانی سے ہوتی ہے لیکن ٹھیک باہر نہین نکلتی + اور اُن چیزون کا کیا ہوتا ہے جو کہ جسم کے اندر داخل ہوتی ہین ؟ **نقرس** ناقص ہاضمہ کا نتیجہ ہے۔ اِس سے کچھہ کم و بیش نہین ہے " یہ بات اُس ضعیفہ کو جس کو ستّروان سال تھا معقول معلوم ہوئی اور اوسنے مجھ سے درخواست کی کہ اُسکا ایک یا دو دن کے اندر ہی علاج شروع کر دیا جائے +

مینے اپنے یہان کی غسل دینے والی عورت بھیجدی اور وہ طریقہ جس مین کہ غسل لئے جانے کو تھے تجویز کرویا + مریضہ کو تین غسل روزانہ لینے پڑے جنکے بعد اُس کو بستر پر اس غرض کے لئے لٹایا گیا کہ اگر ممکن ہوسکے تو اوس کو پسینہ آجاوے + اسکو پسینہ بمقابلہ ہماری امید کے جلد آنا شروع ہوگیا - اور ہر غسل کے بعد ایسا کھل کر آتا تھا کہ شب کے وقت اوسکی رات کی پوشاک دو مرتبہ تبدیل کرنی پڑتی تھی + چند ہفتے مین اُس کو اس قدر افاقہ ہوگیا تھا کہ وہ بلا تکلیف کے اوٹھ سکتی تھی اور اپنے کمرے مین ٹہل سکتی تھی -

اس مریضہ کو نقرس کا مرض تھا + سبب اول یہ تھا کہ اسکا ہاضمہ بے قاعدہ تھا + اور اوسکے ناقص ہاضمہ کے پہلے اثرون مین سے ایک کا نتیجہ گٹھیا ہوا + مریضہ نے ایک دن مجھسے کہا کہ جب تک میری دوکان موجود تھی تب تک مجھے ہمیشہ بہت کام کرنا پڑتا تھا اور اپنے گٹھیا کے دردون پر زیادہ توجہ نکی - لیکن بعد دوکان چھوڑنے کے مجھے نقرس کا مرض ہوگیا دوسرے الفاظ مین یُون کہین گے کہ **گٹھیا کی خبر نہ لی گئی تو نقرس** پیدا ہوگیا +

عرق النساء بھی کولھے کے جوڑ مین سوزش و ورم کے علاوہ کچھ اور چیز نہین ہے یہ بھی اوسی طریقے مین پیدا ہوتا ہے جسمین کہ گٹھیا - اور پس اُسی طریقے مین اچھا بھی ہوجاتا ہے میرا ایک پیشتر کا مریض جو کچھ اپنے شکریہ مین تحریر کرتا ہے اوسکو سُنیئے -

"مین اپنے ناقابل بیان تکلیفات کے شفا ہونے کے بارے مین اپنی دلی مشکوریون کو آپکی خدمت مین اس تحریر کے ذریعہ سے بھیجتا ہون +

۱۸۸۵ء کے موسم خزان مین بائین کولھے کے شدید درد مین جس کے ساتھ کہ سنسنی بھی لگی ہوئی تھی مُبتلا ہوا اسکے بعد داہنے کولھے مین اور زیرین حصہ کمر مین (درد ہوکر)

تمام جسم میں سختی اور اکڑاپن بڑھ گیا۔ اس حکیم نے جس سے کہ مین نے علاج رجوع کیا مرض کو عرق النساء تشخیص کیا۔ اسکے طریقہ علاج نے سخت فوٹو فوبیا (روشنی کا خوف) پس ٹیگمس (آنکھ کے پپوٹون کا کانپنا) چہرہ مین تیز درد۔ سر مین بھاری پن۔ بائین بازو اور ہاتھ پیر مین بہت ہی سخت درد اور اینٹھن کی تکلیفات اور عام طور سے پوری کمزوری اور ایزاد کردین۔ یہانتک کہ مین نہ تو اپنے پاٹیاسے اور رجوئے نکال سکتا تھا۔ اور نہ بغیر مدد کے پلنگ پر لیٹ سکتا تھا + بوجہ بہت شدید درد کے میرے سر کے بال تھوڑے عرصہ مین بہت سفید ہوگئے +

"بارہ سے زائد اس شہر کے مشہور پروفیسرون اور ڈاکٹرون نے میرا علاج ناکامیابی کے ساتھ کیا تھا اور چند لکچرار یونیورسٹی نے بھی مجھے بطور ایک عجیب مریض کے طالبعلمون کو مشاہدہ کرایا تھا + ایک نوجوان طبیب نے سرکاری میڈیکل سند حاصل کرنے کے لیے امتحان پاس کرنے کی غرض سے مجھے (اپنے امتحان کا) ایک مضمون قرار دیا۔ مینے ایک ایک مرتبہ اکثر مہینون تک میونسپل شفاخانہ اور یونیورسٹی کے کمزور بیمارون کی علاج گاہ مین قیام کیا + آخرش لیزگ یونیورسٹی پالی کلینک کے ایک ڈاکٹر نے مجھے ۱۸۵۹ء مین مسٹر لوئی کوہنی سے جو کہ اُس وقت مین عوام کو لکچر دیتے تھے مشورہ لینے کی صلاح دی + ۲۳ جنوری ۱۸۵۹ء کو مینے مشورہ حاصل کیا +

"۲۴ جنوری کو مینے اُسکے غسل شروع کئے + اول ہی غسل سے پیشاب بہت آیا۔ پیڑو چھوٹا ہوگیا۔ سر ہلکا معلوم ہوا۔ اور برسون بعد اول ہی مرتبہ مین بلا مدد لکڑیون کے۔ جنکا استعمال برابر اب تک رہا تھا۔ چلنے کے قابل ہوا + اُسی دن مین نے یونیورسٹی پالی کلینک کے پروفیسران کی درخواست پر اپنے آپ کو اونکے روبرو پیش کیا تاکہ اپنی حالت مین حیرت انگیز

ترقی ہونے کا ثبوت اونسے حاصل کروں +

تین ہفتہ تک آپکے مجوزہ طریق علاج کو پورے طور سے کرنے کے بعد مین ایک عام جماعت میں بائیس ۲۲ طلبہ کی موجودگی مین ۱۳ فروری ۱۸۹۰ء کے دن آپ سے یہ رپورٹ کرنے کے قابل ہوا کہ مین کامل حالت تندرستی مین ہون - اور ساتھ ہی ساتھ اپنے کلام کی تائید مین ہر قسم کی حرکات نظری کا مشاہدہ کرایا +

"اس وقت سے مین بالکل اچھا رہا ہون اور کام کرنے کے قابل ہون + مین ایکسو پاؤنڈ (قریب پچاس سیر) کا وزن ہر ایک ہاتھ مین لیجا سکتا ہون - حالانکہ پیشتر مین ہاتھ ہلا بھی نہین سکتا تھا - اور کام کرنے اور بوجھ لیجانے کا تو ذکر ہی کیا ہے +

۱۸۸۹ء کے موسم خزان سے ۲۳ جنوری ۱۸۹۰ء تک لیزگ شہر کے سربرآوردہ حکماء نے میرا علاج کیا تھا - میری حالت دمبدم زیادہ خراب اور ردی ہوتی گئی تھی + آپنے اپنے نئے طریق علاج سے مجھے ۲۳ جنوری اور ۱۳ فروری ۱۸۹۰ء کے درمیان حالت تندرستی اور کام کرنے کی قابلیت کو پہونچا دیا +

"لیزگ ہنیرک کے"

اب ہمکو سرد ہاتھ پیرون اور گرم سر کی اصلیت پر غور کرنے دیجئے + ہم سب لوگ جانتے ہین کہ سر واقعی سرد ہونا چاہیئے - اور ہاتھ پاؤن گرم - لیکن ہم کو اکثر اسکے بالکل خلاف حالت ملتی ہے + اب دیکھئے کہ یہ علامات مرض کیسے پیدا ہوتی ہین + مین نے اپنے کسی پہلے لکچر مین کہا تھا کہ بغیر بخار کے کوئی مرض نہین ہوتا اور بغیر مرض کے کوئی بخار نہین ہوتا پس میرے کہنے کے مطابق یہ حالت بھی ایک قسم کی حالت بخار ہونی چاہیئے + یہ کہ گرم سر کی حالت مین واقعی ایسا ہوتا ہے - اس مین کوئی شخص شک نہین کرتا +

سرد ہاتھ اور پاؤن کا علامات بخار خیال کیا جاتا گمان کرتے ہے + لیکن مین دعوے کے ساتھ کہتا ہون کہ دونون یعنی گرم سر اور سرد ہاتھ پاؤن ایک ہی طریقے مین پیدا ہو جاتے ہین + یہ کس طور سے ہو سکتا ہے ؟ ہر مرض جسم کے اندر فارن میٹر (مادہ غیر - مادۂ فاسد) کی موجودگی سے پیدا ہوتا ہے + بخار یعنی سڑن کے ذریعہ سے یہ مادہ پیڑو کے مقام سے چل کر جسم کے بعید از بعید حصون مین چلا جاتا ہے + کچھ تو ان مقامات بعید مین اکٹھا ہو جاتا ہے یعنی سر - پاؤن - اور ہاتھون مین + جوش کھاتا ہوا مادہ اگر پاؤن اور ہاتھون مین پہنچتا ہے تو وہان اُس کو بہت ہی کم رکاوٹ ملتی ہے + فارن میٹر (مادۂ فاسد) اول پیر کی اونگلیون مین اور انگوٹھون مین جمع ہوتا ہے - اسکے بعد پاؤن مین اور اس طور سے رفتہ رفتہ گردش خون کو کم کرتا ہوا اور گرمی کو گھٹاتا ہوا اوپر کی جانب ٹانگون مین پھیلتا ہے + ہاتھون کی بھی یہی کیفیت ہے + بہت سے لوگون کے اول صرف اونگلیون کے سرے ہی سرد ہوتے ہین + بعضون کا صرف ایک پیر - بعد ازان برسون کے عرصہ مین اُن لوگون کو ٹانگون کی بھی شکایت ہونے لگتی ہے جو کہ گھٹنون تک سرد ہو جاتی ہین - گرم پائتابون کا استعمال کیا جاتا ہے مگر وہ بھی زیادہ عرصہ تک مدد نہین کرتے + سمور کے جوتے بھی چند روزہ ہی آرام پہونچاتے ہین - پھر ایک وقت ایسا آجاتا ہے کہ کوئی گرم کپڑا کام نہین دیتا + پاؤن اب گرم نہین کئے جاسکتے +

اس سے یہ بات صاف ہوگئی جیسا کہ مشہور ہے کہ پوشاک جسم کو گرم نہین کرتی بلکہ جسم پوشاک کو گرم کرتا ہے + اور اگر شروع مین گرم پوشاک کسی کو سردی معلوم ہونے سے محفوظ رکھتی ہے تو سبب یہ ہے کہ ہاتھ پیرون مین ابھی کچھ مقدار حرارت باقی ہے جو کہ موٹے کپڑون مین پہنچتی ہے اور اونمین قایم رہتی ہے + لیکن یہ حفاظت جو کہ گرم کپڑون سے ملتی ہے بہت

عرصہ تک نفع نہین دیتی + جلد سے مواد کے خارج ہونے اور خون کی صحیح گردش مین
جب کبھی کہ رفتہ رفتہ کمی آوے گی تو گرم سے گرم پوشاک بھی بیکار ہوجاویگی +
سر کی کیفیت بالکل ہی اسکے مختلف ہے + دماغ جسمین کہ کافی خون پہنچتا رہتا ہے
بمقابلہ ہاتھ اور پاؤن کے اُس مادۂ فاسد (فارن میٹر) کو جوکہ اوسپر دباؤ ڈالے ہوئے ہے
بہت ہی زیادہ روکنے کی قابلیت رکھتا ہے + پس بہت زیادہ رگڑ[1] اسکا نتیجہ ہے اور اس کا
نتیجہ گرمی ہے + اس طریقہ مین معمہ حل ہوگیا + وہی بات جس سے کہ ہاتھ پاؤن سرد ہوجاتے
ہین ٹھیک ٹھیک سر کو اوّلاً گرم کر دیتی ہے + لیکن سر مین **گرمی** بھی جلد یا دیر سے
ختم ہوجاتی ہے + اپنے مطب مین مینے کافی مریض ایسے دیکھے ہین جنکے سر بالکل ٹھنڈے
ہوگئے تھے + پس اس جگہ بھی ایک حد ہے + جبکہ مادہ فاسد (فارن میٹر) بہت ہی بڑی مقدار
مین سر کی طرف دباؤ ڈالتا ہے تو کچھ عرصہ بعد یہان بھی رُکاوٹ جاتی رہتی ہے اور سر اس
طریق مین سرد معلوم ہونے لگتا ہے + اس خیال کی صحت کا ثبوت صرف اُن ہی شفایابیون
کے ذریعہ سے دیا جاسکتا ہے جوکہ اُس علاج سے جو اس خیال پر مبنی ہے حاصل ہوئی ہین +
اگر کوئی مریض ہاتھ اور پاؤن کی سردی اور سر کے اندر جلن کے احساس سے آرام ہونا چاہتا ہے
تو اوسکو اپنا علاج اسی جگہ سے شروع کرنا چاہیئے جہان سے کہ سڑن (جوش) شروع ہوئی
یعنی پیڑو سے + ہاضمہ درست کرنا چاہیئے۔ اور تب ہاتھ اور پاؤن **گرم** اور **سر**
سرد ہوجاوے گا + سر جو کہ[2] سرد ہوگیا ہے اول گرم ہوجائے گا اور تب مناسب
سردی حاصل کرے گا + اور یہ بات ہزارون مریضون مین دیکھی گئی ہے۔ میرے مطب مین

نوٹ [1] یعنی رگڑ کا نتیجہ گرمی ہے۔ رگڑ سے گرمی پیدا ہوتی ہے +

نوٹ [2] یعنی جبکہ بیمار ہوکر گرم ہوا تھا اور بعد مرض کی وجہ سے سرد ہوگیا ہے +

روزانہ نئی نئی مثالین اسکی ملتی ہین + اِس موقعہ پر یہ بات اَور کہونگا کہ سرد ہاتھ اور پاؤن کے مرض مین مُبتلا اشخاص ہمیشہ خاصکر گٹھیا کے حملون مین گرفتار رہوا کرتے ہین +

اب مَین اعضا کے مڑ جانے یا ٹیڑھے ہو جانے کا ذکر کرتا ہون +

آپکو میرے بیان سے یہ بات معلوم ہوئی کہ بیماری کی جملہ شکلون کا جنکا کہ ابتک ذکر کیا گیا۔ سلسلہ ایک ہی رشتہ کے سبب سے ملایا جا سکتا ہے + ممکن ہے کہ اسپر بھی آپ تعجب کرین کہ نقرس اور گٹھیا سے مَین سیدھا جسم کی شکل مین تبدیلیون مثلاً اُبھرے ہوئے کندھے۔ ریڑھ کا ترچھا ہونا۔ اعضا کا مڑجانا اور اینٹھ جانا وغیرہ وغیرہ پر آتا ہون + اور تاہم اِن آخرالذکر کی بھی جیسا کہ مَین آپ کو دکھلاؤنگا۔ وہی رشتہ کہ اصلیت ہے جو کہ اُن امراض کی جنکا ابھی ذکر ہو چکا ہے یعنی جسم مین فارن میٹر (مادّہ فاسد) کا بار اور جسم کے مختلف حصّون مین اُس کا زیادتی کے ساتھ جمع ہو جانا۔

یہ امراض بااوقات ساتھ ہی ساتھ نمودار ہوتے ہین + اگر ہم ان کا سبب دریافت کرنے لگین تو آپ لوگ خود ہی یُون جواب دیوینگے کہ " یہ تبدیلیان صرف مادہ فاسد (فارن میٹر) کے اکٹھے ہو جانے سے ہی ممکن ہین۔ وے ایک قسم کی بڑھے ہوئے درجہ کی مرض نقرس ہین " اور آپ کا جواب صحیح ہے + لیکن ان باتون کو کہ کس طریق مین یہ جمع ہوا اور کس طور سے اس نے رفتہ رفتہ ایک خاص مقام تک اپنا راستہ نکالا۔ مَین آپکو چند مثالون کی امداد سے سمجھاؤنگا +

تجربہ اِس بات کو دکھلاتا ہے کہ مادہ فاسد (فارن میٹر) کو جسم مین بڑے بڑے اُبھار اور تبدیلیان پیدا کرنے کے قابل ہونے مین بہت عرصہ لگتا ہے۔ اِس کام مین برسون صرف ہو جاتے ہین + بعض اوقات جسم کو کسی مرض (حاد) کے ذریعہ سے اسقدر

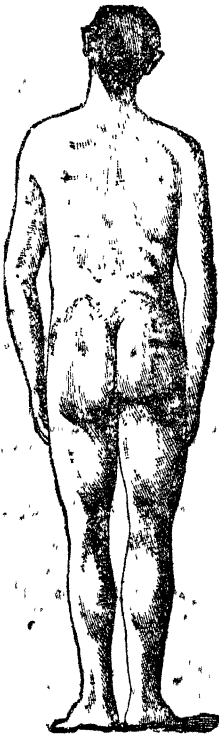
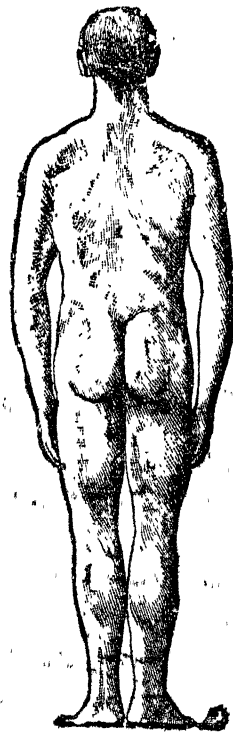
زیادہ مادہ خارج کرکے اتنا وقت ملجاتا ہے کہ ابھار اور تبدیلیان چندے رفع ہوجاتی ہین - پس ممکن ہے کہ قبل اسکے کہ ابتدائی حالتون کے بعد بدشکلی پورے طور سے پیدا ہو برسون گذرجاوین + ایسی ہی نااران میٹر جو کہ ایک حالت مین **چیچک سیتلا** پیدا کرتا ہے - دوسری مین **ٹائیفائڈ فیور** (بخار) تیسری مین **ڈفتھیریا** وغیرہ وہی ان بدشکلیون اور اعضا کے مڑجانے کا بھی سبب ہوجاتا ہے - جبکہ جسم مین کافی قوت اس مادہ کو بذریعہ کسی مرض حاد کے خارج کردینے کی نہین رہتی ہے + فاسد مادہ عموماً خاص جگہون مین جمع ہوتا ہے زیادہ تر او نہین جنمین کہ یہ جسم کے لئے کم از کم تکلیف دہ ہوتا ہے - اور جہانتک ممکن ہوتا ہے اُن حصون سے دُور رہتا ہے جنمین کہ حرکت متواتر ہوتی رہتی ہے + پس جبکہ اجتماع سواد فاسد ایسے مقام پر ہوتے ہین جہان کہ اعضاے رئیسہ واقع نہین تو مرض خود بہت تھوڑی ہی بےچینی پیدا کرے گا - لیکن بیرونی تبدیلیان رفتہ رفتہ توجہ کو اپنی جانب مایل کراتی ہین اور تمام ممکن الوقوع تشریحات تلاش کی جاتی ہین + معمولاً اسکا الزام پیشہ پر لگے گا جسمین کہ جسم کے ایک ہی جانب سے کام لیاجاتا ہو - یا کسی خاص عادت پر جیسے کہ سیدھے نہ بیٹھنا + بیشک یہ بات کچھ ایسی ہی ہے - لیکن اس قسم کی عادات صرف راستہ[ل] اختیار کرنے مین مدد دیتی ہین اور اس لئے تبدیلی کی صورت پر ایک قسم کا محض اثر ڈالتی ہین + پورے تندرست آدمیون مین جب تک کہ وہ تکان کے وقت تو آرام لیوین اور جسم کو کچھ عرصہ بعد نقصان کے پورا کرنیکے لئے فرصت دیوین - جھک کر بیٹھنے سے ٹیڑھا پن نہین آسکتا ہے + اس طور سے مینے اکثر دیکھا ہے کہ دیہات کے لوگ جو کہ تمام دن جھک کر کام کیا کرتے ہین اونکا ایک بہت ہی عمدہ اور سیدھا قد نظر آتا ہے جبکہ وے سیدھے ہوکر کھڑے ہوتے ہین +

ل یعنی مادہ فاسد کو اُسکا راستہ اختیار کرنے مین + ۱۲

اگر یہ لوگ تندرست نہ رہے ہوتے تو اونکی شکل پر یقینًا فارن میٹر (مادۂ غیر) کا اثر پڑا ہوتا + ابتدا مین بہت سے لوگ اپنے روزافزون بھدا پن کو دوسرون کی نگاہ سے درزی اور پوشاک قطع کرنے والون کی امداد سے چھپانے کی کوشش کرتے ہین + لیکن کچھ زیادہ عرصہ تک ایسا کرنا غیر ممکن ہے +

بدنمائی کی بھی قسمین بہت مختلف ہین پیشہ - عادات - سونے کی حالت مین طریقہ جو اختیار کیا جاوے اور زیادہ تر اصلی مزاج کی وجہ سے یہ پیدا[1] ہوتی ہے + مشکل سے دو اشخاص ایسے ملین گے جنکی کہ شکلین یکسان ہی ہون - تاہم خاص خاص تندرست شکلین پہچانی جا سکتی ہین - جو کہ تصاویر ذیل مین آپ کو دکھلاؤنگا +

تصویر ب تصویر الف

[1] مراد ہے بدنمائی سے ۱۲

تصویر ا سے ایک شخص قریب قریب تندرست شکل کا ظاہر ہوتا ہے۔ یہ فوراً معلوم ہو جاتا ہے کہ اوسکے اعضا بہت ہی عمدہ مناسبت سے واقع ہوئے ہین + نہ تو کوئی چیز بہت چھوٹی ہے نہ بہت لمبی۔ نہ بہت موٹی اور نہ بہت پتلی۔ تمام اعضا سڈول واقع ہوئے ہین +

تصویر ب سے ایک مختلف نظارہ معلوم ہوگا + بائین جانب کی تبدیلیان۔ یعنی ایک جوڑ کا اوپر اور نیچے دونون جانب دراز ہو جانا آپ کو فوراً معلوم ہو جاوے گا + دونون مین آخر الذکر (یعنی نیچے کی جانب کا) اولاً خود دکھلائی دیوے گا کیونکہ قارن ہمیشہ پیر سے چلنا شروع ہوتا ہے اور اس لئے تبدیلی ہمیشہ اسی مقام کے گرد و پیش شروع ہوتی ہے + قبل اسکے کہ کندہا اوپر کو ابھر گیا ہووے۔ یہ حالت برسون تک قایم رہی ہوگی + اگر اوسکے رشتہ مندون کو نیچے کی جانب کی درازی مناسب وقت مین نظر آگئی ہوتی اور انہون نے خطرہ کو نگاہ کر لیا ہوتا تو یقیناً انھون نے معقول طریقہ علاج کے شروع کرنے مین دیر کی ہوتی + واقعی مین کسی شخص کو ایسی حالتمین الزام نہین لگا سکتا کیونکہ وہ طریقہا سے علاج جو ابتک جاری ہین ایسے امراض کا ذرا بھی علاج نہین کر سکتے۔ اور زیادہ تر اونکو امراض ہی نہین جانتے + وہ شخص جنکی ایسی شکل بگڑ جاتی ہے اُس کو کریپل[1] کہدیتے ہین اور بس ایسا کہنے پر معاملہ ختم ہو جاتا ہے + لیکن یہ بات کہ یہ بدنمائی کیسے پیدا ہوئی یعنی کن اسباب نے اُس کو پیدا کیا غالباً پیشتر کبھی نہین جانی گئی + میرا نیا طریقہ علاج جب کہ اوسکے سامنے ایسے مریض آتے ہین ایسا لاچار نہین ہو جاتا ہے جیسے کہ پیشتر کے علاجون کے طریقے ہوجایا

نوٹ [1] کریپل انگریزی مین لنگڑے۔ لنجے۔ یا اُس شخص کو کہتے ہین جس کا کوئی عضو اپنے فعل طبعی کی قابلیت سے محروم ہو گیا ہو + ۱۲

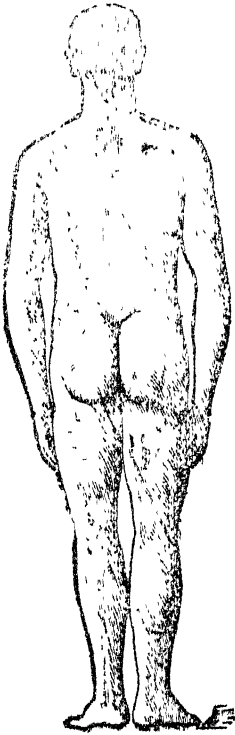
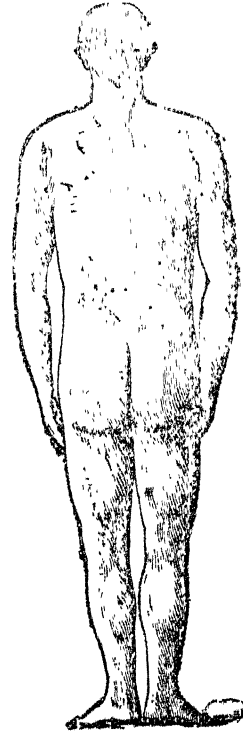
کرتے تھے۔ اور طریقہ شفا یابیون نے جوکہ اس علاج مین حاصل ہوئی ہین اسکے صحیح علاج ہونے کو بہت مختلف حالتون مین ثابت کردیا ہے + میرے اصول ہمیشہ میرے عمل کرنے کے بعد قایم کئے گئے ہین +

مادہ فاسد جسم مین خاصکر بائین جانب جمع ہوگیا ہے۔ اس موقعہ پربھی اسکا پھیلنا ٹھیک ٹھیک اسی طریقے مین واقع ہوا ہے جیسا کہ اوسی پھیل جانے والی بوتل مین جسمین کہ جوش کھاتا ہوا مادہ صرف بائین جانب ہی اکٹھا ہوا تھا + مادہ کو زیادہ جگہ کی ضرورت ہوتی ہے اور جب باہر جانے کا راستہ نہین ملتا ہے تو متواتر دباؤ ڈال کر یہ مادہ۔ اطراف کو پھیلا دیتا ہے + اب اگر جوش کھاتا ہوا مادہ صرف بائین جانب ہی جیسے کہ اس موقعہ پر ہوا ہے واقع ہو تو وہ جگہ جوکہ معمولاً پھیلے گی وہ صرف یہی آخرالذکر[1] جگہ ہوگی +

میرے نئے طریق تشخیص یعنی سائینس آف فیشل اکسپریشن کے ذریعہ سے یہ مرض آسانی سے محض ابتدا ہی مین شناخت کرلیا گیا ہوتا۔ اور مناسب طریقہ علاج۔ جسم سے اس بار کے سبب یعنی فارن میٹر (مادۂ فاسد) کے نکالنے کے لئے اختیار کیا گیا ہوتا +

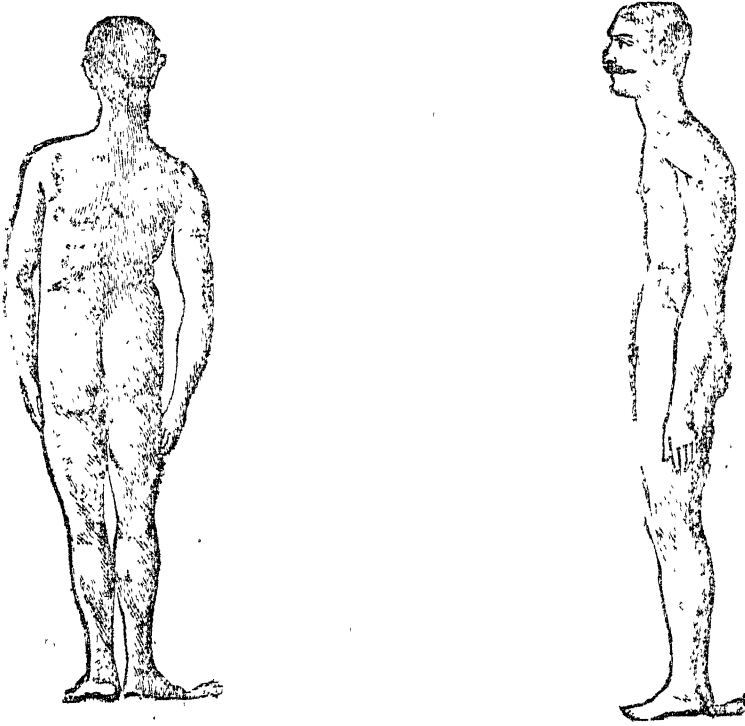
برسون قبل اس بات کے کہ چوتڑون کے بائین جانب کوئی درازی ظاہر ہوتی۔ گردن کے بائین جانب زیادتی بار[2] کا ہونا دریافت ہوگیا ہوتا + اور اب جبکہ ہمنے جملہ امراض کی وحدانیت کو جان لیا ہے اور اس بات کو جانتے ہین کہ یہ تفاوت اوسی فارن میٹر کی وجہ سے ہوا جس سے کہ دوسری حالتون مین۔ ٹائیفس بخار۔ ڈپھتیریا وغیرہ پیدا ہوتے ہین تو ایسی بدنمائیون کا روکنا اور اونکا شفا کرنا دونون باتین آسان ہین +

نوٹ [1] مراد ہے بائین جانب سے +

نوٹ [2] یعنی بار مادہ فاسد۔ مادۂ فاسد کا بوجھ ۲

تصویر سی

تصویر اے

لیڈیز اور جنٹلمین! آپ نے اب اول دفعہ اس بات کو سُنا ہے کہ کبڑا پن اور جسم کی بدنمائی کیسے پیدا ہوتی ہے۔ اب مین آپ کو اور زیادہ تمثیلات سے دکھلاؤنگا کہ تمام صورتین ایک ہی سبب سے پیدا ہوتی ہین۔

اوپر کی تصویر سی مین ایک ایسا جسم آپکی نظر کے سامنے ہے جسمین کہ سُرین دونون جانب سے دراز ہو گئے ہین۔ اولاً شاید آپ کو محض ایک موہوم خیال اس امر کا ہوا ہوگا کہ ایسا

تصویر ڈی

تصویر ای

جسم مین جو کہ اس موقع پر دکھایا گیا ہے سچی مناسبت اعضا کی کمی ہے۔ لیکن تصویر اے
کے ساتھ مقابلہ کرنے سے فوراً یہ بات معلوم ہوجاتی ہے کہ اُس مین کل دھڑ بہت لمبا ہے
حصہ زیرین خاصکر ایسا ہی ہے جسکی وجہ سے کہ ٹانگین اور گردن بہت چھوٹی ہوگئی ہین۔
آخرالذکر تھوڑی سی کندھون کے بیچ مین چھپ گئی ہے۔ اس حالتمین سُرین مین محض ایک ہی جانب فارن مٹیر
کا بار نہین ہوگیا ہے بلکہ یہ بار کل مین برابر پھیلا ہوا ہے۔ اسکی وجہ سے کل سُرین دونون جانب سے

مادۂ فاسد نے برابر دراز کر دئے ہین + ان حالتون مین یہ بھی ہوتا ہے کہ مادہ اوپر کو زور کر کے گردن کے راستہ سر مین کو جاتا ہے ۔ اور تب سر کی ایک غیر معمولی شکل پیدا کر دیتا ہے جیسا کہ آپ لوگ اکثر دیکھتے ہونگے + مین پھر آپ کو اس بوتل کی یاد دلاتا ہون جس کے اوپر کہ ہمنے ربڑ کی ٹوپی پہنائی تھی + سر مین تبدیلیان ایک اسی کے مثل طریقے مین پیدا ہوتی ہین جس طریق مین کہ بوتل کے اندر پیدا ہوئی تھین +

مگر اکثر اوقات ان شکلون کے بالکل برعکس بھی حالت آپکے دیکھنے مین آوے گی ۔ یعنی کہ ٹانگین اور بازو تو بہت لمبے اور دھڑ اونکے لحاظ سے بہت چھوٹا ۔ پھر بھی سبب ایک ہی ہے ۔ صرف اس حالت مین فاران میٹر شروع کے زمانہ مین ہی ان آخری[۱] حصّون مین داخل ہو گیا اور اس لئے دھڑ کئی سال تک ان اعضا کی بڑھن کے ساتھ ساتھ قدم نہ رکھ سکا کوئی شخص مشکل سے ہی اس بات کو خیال مین لائیگا کہ ہم اپنے سادہ طریقے سے ان جملہ حالتون مین اعضای بدن مین پوری مناسبت پیدا کر سکتے ہین + واقعی قبل اسکے کہ حالت مذکور پھر درست کیجا سکے میرے طریق علاج کو متواتر برسون تک مناسب طور سے معمولاً جاری رکھنے کی ضرورت ہوتی ہے ۔ اور جب کہ جسم بہت پرانا ہو گیا ہے اور پس ضروری قوت اصلی اوسمین سے جاتی رہی ہے تو پورے طور سے شفا کرنا غیر ممکن ہو جاتا ہے +

تصویر ڈی (صفحہ ۱۲۳) مین ایک ایسی شکل ہمکو دکھلائی دیتی ہے جو کہ بدقسمتی سے زمانہ حال مین بہت عام ہے ۔ مادہ نے جمع ہو کر کمر کا ابھار پیدا کر دیا ہے جسکی وجہ سے کہ ایک ہی وقت مین سینہ کا صحیح طور سے بڑھنا رک گیا ہے ۔ پس آخرالذکر[۳] شکل ظاہرا طور سے چپٹی دکھلائی پڑتی ہے

نوٹ [۱] دیکھو صفحہ ۸۵ + نوٹ [۲] ٹانگون اور بازؤن سے مراد ہے +

نوٹ [۳] سینہ سے مراد ہے +

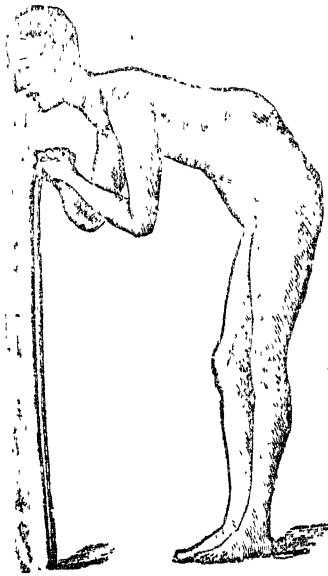
قریب قریب ایسا معلوم ہوتا ہے کہ جو کچھ کمر مین زیادتی کی گئی ہے وہ سینہ کی جگہ سے لیکر کی گئی ہے
سینہ فوراً ہی پھیل جاوے گا جب کہ کمر کا بوجہ دور کیا جاوے گا + اس حالت مین بھی سُترین
واقعی عرصہ دراز پیشتر سے (مادّہ فاسد کا) بار اوٹھائے ہوئے ہین - پس ایسی صورت مین ہم کو
ہمیشہ یہ بات بھی ملتی ہے کہ پیڑو کیا تو بہت بڑا ہو گیا ہے یا بہت سخت + بعض اوقات یہ بار
شروع بچپن مین یا زائیدگی کے قبل بھی موجود ہوتا ہے اور اسی وجہ سے یہ بات ہے کہ محض چار یا پانچ
سال کی عمر کے بچون مین بھی ہمکو مدور پشت اور چپٹا سینہ دکھلائی دیتا ہے + اس عمر مین یہ خرابی
بہت جلد اور آسانی سے درست ہو سکتی ہے - کیونکہ ہمارے علاج مین کم عمر جسم اکثر ایک
ماہ مین اسقدر زیادہ ترقی کر جاتا ہے جتنا کہ زیادہ عمر والا ایک سال مین +

یہ بات واقعی نوعمری مین ضروری قوتون کے بڑھے ہوئے ہونے کے باعث سے ہوتی ہے
مین آپ کو بتلا چکا ہون کہ ہر کوئی شخص ان بدنمائیون کو اونکے ابتدا ہی مین کس طور سے معلوم
کرنے مین کامیاب ہو سکتا ہے - یہ بات صرف میرے **سائینس آف فیشل اکسپریشن**
کی ہی مدد سے ممکن ہے +

مادّہ فاسد بعض وقت ایک بہت بے قاعدہ راستہ بھی اختیار کر سکتا ہے یعنی ایک جانب
سے دوسری جانب جا کر پھر پہلی ہی جانب واپس آجاتا ہے + یہ بات ہم کو تصویر
اسی (صفحہ ۱۲۳) مین ظاہر کی ہوئی معلوم ہوتی ہے + اس حالت مین ہم دیکھتے ہین
کہ مادّہ اولاً بائین جانب جا کر جمع ہوا ہے - لیکن درمیان مین اسکا راستہ کسی
عضو سے جو اُس مقام مین موجود ہے رُک گیا ہے - پس یہ داہنی جانب جلنے کو مجبور ہوا
اور بعد کو پھر دوسری طرف کو گذرا + اوپر اور نیچے ہر دو جانب کو - کل بائین جانب
کی درازی آپ صاف صاف معلوم کرتے ہونگے نیز درمیان مین اوس کا

جھکاؤ دائین جانب کو - اِس موقع پر ریڑھ کی ہڈی مین ٹیڑھ آگئی ہے + اول یہ بات ہے کہ یقیناً یہ خمید گی موروثی بار (فارن میٹر) کی وجہ سے ہوئی ہے + اگر ہم کندھون کو سہارنے والے طریقے یا دیگر قسم کی پٹیان - جسم کو سیدھا کرنے کے لئے استعمال کرین تو اُن سے ہم بغیر کچھ بھی آرام کئے ہوئے مریض کو محض ایذا ہی پہونچا دیوینگے + حقیقت مادہ کو جگہ درکار ہے - اور میرے تجربہ مین یہ اکثر وقوع مین آیا ہے کہ مثلاً ٹیڑہی کمر کے زبردستی سے نیچے کو دباو دیئے جانے کے بعد دفعتاً فارن میٹر (مادہ غیر - مادہ فاسد) سینہ پر جمع ہونے لگا - پشت کی جانب سے اِس مواد کو دُور کرنے کی کوشش مین تو کامیابی ہوئی لیکن اُسکے بجائے وہ مادہ صرف سامنے کی جانب پھر نمودار ہوا - وہ جگہ جو کہ مواد کے لئے ضروری تھی اُس سے چھین نہ لیجا سکی - صرف اوسکے اکٹھا ہونے کی جگہ کو تبدیل ہی کر سکے +

تصویر **الیف** سے ایک ایسا شخص ظاہر ہوتا ہے جس مین کہ فارن میٹر نے کمر کے درمیان اپنے قیام کی جگہ بنائی ہے اور جسم کو ایک قسم کے دوامی کبڑے پن کی حالت مین کردیا ہے اس قسم کے اجتماع (فارن میٹر) شاذ ونادر ہوتے ہین - کیونکہ معمولاً مواد آخر سر ین کی طرف زور کیا کرتا ہے - اس حالت کو سمجھانے کے لئے مین ایک اور عجیب تمثیل جیسا کہ تصاویر **جی** اور **ایچ** (صفحہ ۱۲۹) مین دکھلائی گئی ہے - اپنے مطب سے پیش کرونگا +

اِس سلسلے مین آپ کو اُن غریب کوزہ پشت - کبڑی کمر والے - لوگون کی یاد ضرور آوے گی بدنمائی کی وجہ سے یقیناً بدشکل ہوجاتے ہین + اکثر اوقات ریڑھ کی ہڈی ٹیڑھ نظر آتی ہے + ان مین سے بہت زیادہ

تصویر الیف

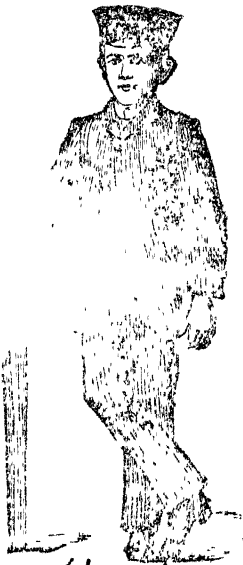
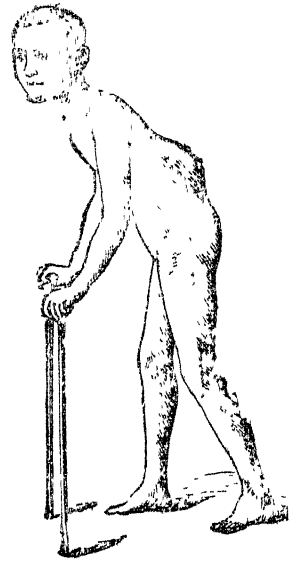
سالتون مین اس کا سبب (فارن میٹر کا) موروثی بار ہوا کرتا ہے + لیکن مرض کی مختلف شکلون کا ذکر کرنے کے قبل ایک خاص قسم کی بدنمائی پر مجھے توجہ کرنی چاہیئے۔
یہ اکثر ہوتا ہے کہ مادہ گردن کی راہ اپنے تئین اوپر کو زور کرکے لیجاتا ہے اور سر کے اندر جمع ہو جاتا ہے + مین ذکر کر چکا ہون کہ سر کا سرد ہو جانا اس سے کس طور سے پیدا ہوتا ہے - بچون مین اس سے بہت آسانی سے سر خلاف قدرت طور پر پھیل

جاتا ہے + دیگر اعضا کی مناسبت کے لحاظ سے سر کا بڑا ہونا ہمیشہ علامت کسی سخت مرض مزمن کی ہے + سر کا اس طور سے پھیل جانا اکثر زائیدگی سے قبل واقع ہوتا ہے اور اُسکا پہلا نتیجہ یہ ہے کہ تکلیف کے ساتھ زائیدگی ہوتی ہے + اور یہ بات تو عام لوگون کے دیکھنے مین آتی ہے کہ بڑے سر کے بچے بہت ہی کم زیادہ عرصہ تک زندہ رہتے ہین + آج کے دن آپکی توجہ اِس بات کے سبب کی جانب دلائی گئی ہے جس کو کہ اسکے قبل آپنے شاید ہی کسی سے سُنا ہوگا + اس بار کی وجہ مین آپ کو اُس بوتل کی مثال دیکر بتلا چکا ہون جسکے اوپر کہ ربڑ کی ٹوپی رکھی گئی تھی +

اِن بیانات کی صحت کا ثبوت صرف اُنھین علاجون کے ذریعے سے دیا جا سکتا ہے جو کہ اُن اصولون پر مبنی ہین جو کہ سمجھائے جا چکے ہین + میری ہدایت سے ایک بڑی تعداد ایسی شفایابیون کی واقعی حاصل کیجا چکی ہے + علاج وہی رہا ہے جیسے کہ مرض کی اُن صورتون مین جنکا ذکر بیشتر ہو چکا ہے - اور گو یہ بات تعجب کی معلوم ہو کہ مین کُبڑی کمر کو اُسی علاج سے آرام کرتا ہون جس سے کہ کھانسی اور زکام کو - لیکن مین اسکے خلاف کیسے کر سکتا ہون جبکہ مرض کا سبب ہی ایک ہی ہے - !

واقعات نے خود اس بات کو ثابت کر دیا کہ مین صحیح کہتا ہون - کیونکہ جب علاج ثابت قدمی کے ساتھ کیا جاتا ہے تو مرض کی جملہ علامات دُور ہو جاتی ہین + صرف یہی ایک شرط ضروری ہے کہ جسم مین کافی قوت اصلی موجود ہے اور سلسلہ اعصاب کا تمام جسم مین کہین بھی شکست نہین ہوا ہے - پس کارروائی شفا اپنی راہ حاصل کر سکتی ہے +

جو کہ مین نے پیشتر کہا ہے مین پھر اُس کو دوبارہ کہتا ہون یعنی کہ تمام امراض (یا بلکہ مرض کی تمام صورتین) قابل علاج ہین - لیکن تمام اشخاص نہین +

تصویر جی

تصویر ایچ

اب مین آپکی توجہ اسی قسم کی چند شفایابیون پر جو کہ میرے مطب مین واقع ہوئی ہین۔ دلاتا ہون +

سنہ ۱۸۹۰ء مین ایک لیڈی مسز ایچ اپنے لڑکے عمر ۱۳ سالہ کو بچون کی گاڑی مین لیکر میرے پاس اُن اوقات مین آئی جب کہ مین مریضون کو دیکھا کرتا ہون + وہ لڑکا ریڑھ کے ٹیڑھے پن مین جس مین کہ درد بھی تھا مبتلا ہو رہا تھا۔ ریڑھ کے اوپر جیسا کہ تصویر جی مین دکھلایا گیا ہے ایک بڑا اُبھار پیدا ہو گیا تھا + وہ لڑکا بہت ہی

بڑی وقت کے ساتھ دو لکڑیوں کے سہارے سے چل سکتا تھا۔ اور معمولاً اوس کو گاڑی مین بٹھلا کر چلایا کرتے تھے۔ مین نے اوسکی والدہ سے دریافت کیا کہ کیا کیا علاج کیا جاچکا ہے + اوسنے مجھ سے کہا کہ زائد از دو سال تک یہ مرض ایسا تکلیف دہ رہا تھا کہ اُس کو میڈیکل مشورہ کی ضرورت ہوئی تھی + ایک مشہور حکیم نے جو کہ شہر لیپزگ مین پروفیسر تھا لڑکے پر عمل جراحی کیا تھا۔ اور اُس کو بُری طرح سے ایک گھٹنے بڑھنے والے پلنگ اور لوہے کی تختیون اور جنبش نہ کرنے والے دیگر آلات کے ذریعہ جکڑ دیا تھا۔ لیکن کچھ کامیابی نہوئی + مسز ایچ نے یہ بات صاف طور سے دیکھ لی تھی کہ ادویات اور عمل جراحی سے کچھ نفع نہین ہوا اسی وجہ سے میرے پاس آنے کے قبل اُس نے کچھ عرصہ تک گھر کی دواؤن کا استعمال کیا تھا + مین نے اُس کو سمجھایا کہ اس مریض کی حالت مین مادہ فاسد نے اکٹھے ہونے کے لئے کمر کے اوپر جگہ تجویز کی ہے۔ اور مرض کے آرام کرنے کا محض یہی ایک طریقہ ہے کہ اس مادّہ کو دُور کیا جاوے +

وہ میری گفتگو کو سمجھ گئی اور اُس ہی دن علاج شروع کیا گیا + اُس لڑکے نے تین فرکشن سٹز باتھ روزانہ لئے۔ ہر ایک غسل نصف گھنٹہ لیا گیا + غذا پوری پوری غیر محرک تھی۔ اور مین نے اس امر پر اصرار کیا کہ بچّہ کو جسقدر زیادہ ہو سکے شہر کے باہر کشادہ ہوا مین رکھین + اس صغیر سن جسم مین فاران میٹر بے حد تیزی کے ساتھ واپس ہونے لگا۔ پس نتیجہ بہت ہی تعجب خیز ہوا + ایک ہفتے کے بعد بچہ کو گاڑی مین پھرانے کی ضرورت نہ ہوئی بلکہ وہ اپنی دو لکڑیون کے سہارے سے اکیلا چل پھر سکتا تھا۔ دو ہفتے کے بعد یہ لکڑیان بھی غیر ضروری ہوگئین۔ اور جسم بہت زیادہ سیدھا ہوگیا۔

اسکے اور دو ہفتے بعد تک علاج کرنے سے وہ لڑکا پھر مدرسہ جا سکا جہان کہ وہ

عرصہ دراز سے مجبورًا نہیں جا سکا تھا - اُس بچہ نے اس علاج کو نصف سال تک کیا اور اسقدر تندرست ہو گیا تھا کہ وہ پھر اپنا جسم بالکل سیدھا رکھنے لگا جیسا کہ تصویر ایچ سے واضح ہے +

اگر میں یہ کہتا ہوں کہ یہ فارن میٹر جسنے کہ اس موقع پر یہ مرض پیدا کیا ہے وہی ہے جو کہ چیچک سیتلا - سرخ بخار - ڈفتھیریا وغیرہ دوسرے موقعوں پر پیدا کرتا ہے تو یہ بھی جسم سے اوسی طریقے میں خارج کر دیا جا سکتا ہے اور اس طور سے شفا عمل میں آسکتی ہے + اور اوسکے والدین کو اس لڑکے کی حالت میں - مینے اس بات کا دعویٰ ہونا ثابت کر دیا -

اسی دن جس دن کہ یہ لڑکا میرے پاس لایا گیا تھا ایک عورت نے جس کے کہ حیض ہونے کے وقت میں بہت زیادہ خون خارج ہوا تھا اور ایک ۹ سالہ لڑکی نے بھی جس کو کہ جلد کی ایک بڑی خوفناک بیماری (کھجلی) نے تکلیف دے رکھی تھی - جنہوں نے کہ ہر ایک قسم کے علاج کی بے فائدہ آزمایش کر لی تھی - مجھسے مشورہ لیا + بیشک ہر شخص کے علیحدہ علیحدہ حالات کا لحاظ کر کے اُن دونوں کا بھی علاج اُسی طریقہ میں کیا گیا جیسے کہ اوس لڑکے کا علاج - اور تینوں شخصوں کو شفا ہوئی - لیکن یہ بات جب ہی حاصل ہو سکتی تھی جب کہ تینوں امراض کا سبب بھی ایک ہی ہو - اور یہ بات ان شفایابیوں نے ثابت کر دی +

ایک دوسرا واقعہ یہ ہے کہ ایک شخص پچاس سال کی عمر نے میرے طریق علاج پر چار سال تک مناسب طور سے عمل کرنے کے بعد دھڑ اور ٹانگوں کے درمیان صحیح مناسبت پھر حاصل کرنے میں کامیابی حاصل کر لی تھی - اول الذکر بلحاظ مناسبت بہت بڑا تھا حالانکہ گردن اور ٹانگیں بہت چھوٹی تھیں - دوران علاج میں مریض نے یہ بات دیکھی کہ اوس کا

پاجامہ چھوٹا ہوتا گیا حالانکہ اوسکا کوٹ کندہون کے پاس سے ہمیشہ زیادہ زیادہ ڈھیلا ہوتا گیا + پس چند چند مہینے بعد اُس کو اپنے کپڑے درزی کے یہان واسطے ترمیم کے اُس وقت تک بھیجنے پڑے تھے جب تک کہ آخر کار اوسکے جسم نے اپنی قریب قریب صحیح شکل پھر نہ حاصل کر لی تھی۔

مَین امید کرتا ہون کہ ان تمام باتون کے کہنے کے بعد جملہ امراض کی وحدانیت یعنی اونکا یکسان سبب آپکو صاف صاف معلوم ہوگیا ہے + اس امر کے ثبوت آپ کو میرے مطب مین روزمرہ مل سکتے ہین +

اس مضمون کے ختم کرنے کے پیشتر مَین آپکے روبرو چند ثبوت سائنس آف فیشیل اکسپریشن کی فوقیت کے بارے مین جو اوس کو مروجہ طریقہ (تشخیص) پر حاصل ہے پیش کرونگا +

اس امر نے کہ میرے بہت سے مریض آخری درجہ پر پہونچکر ہی گویا کہ جملہ دیگر طریقہاے علاج کو بلا نفع کے آزماکر۔ مجھسے امداد کے خواہان ہوئے ہین۔ مجھے باعلم پیشہ طبابت کے طریقہ تشخیص مین بہ نسبت اوسکے جیسا کہ بہت سے لوگ یقین کرین۔ زیادہ نظر تعمق سے دیکھنے کا موقع عطا کیا ہے + ایک مرتبہ ایک بڑے قدآور شخص نے (جسکو کہ لوگ تصویر تندرستی کہتے تھے) جس کو شکایت یہ تھی کہ وہ کام کرنے کے بالکل ہی ناقابل تھا مجھسے مشورہ لیا + جملہ اطبا نے (اور اُس نے بہتون سے مشورہ لیا تھا) یہانتک کہ ٹھونکنے چھونے اور کان سے سُننے سے ہوسکتا تھا اوسکا بہت احتیاط کے ساتھ امتحان کیا تھا اور آخرکار اُس کو پورا پورا تندرست ظاہر کیا تھا یعنی کہ وے کوئی مرض نہ معلوم کر سکے بلکہ وہ اپنے تئین محض خیال ہی مین بیمار سمجھتا تھا + سب سے

عمدہ بات جو کہ وہ شخص ایسی حالت مین کر سکتا تھا وہ یہ تھی کہ سفر کرے تا کہ اوسکی طبیعت بہلے۔ اور پھر اُس کو کوئی بیماری نظر نہ آوے گی + اوسنے اونکی ہدایات پر عمل کیا لیکن کچھ نفع حاصل نہوا اور پس وہ میرے پاس آیا + گردن و سر پر ایک نظر ڈالنے سے۔ اول الذکر (یعنی گردن) کا امتحان دہنی اور بائین جانب موڑ کر کرنے سے مجھے یہ بات صاف صاف معلوم ہوگئی کہ اوسکے جسم مین فارن میٹر کا بہت ہی زیادہ بار موجود ہے۔ کل جسم اُس سے لدا پڑا ہے + مین نے اپنا معمولی علاج بتلا دیا۔ چھ ہفتے مین اسقدر ناقص مادہ خارج ہوگیا کہ وہ اپنے تئین دن بھر کام کرنے کے قابل ہو جانے کی خوشخبری مجھے بھیج سکا + آپ دیکھتے ہین کہ کونسی تشخیص اس حالت مین زیادہ کارآمد ہوئی + میرے مطب مین اس قسم کی حالتین قریب قریب روزانہ دیکھنے مین آتی ہین جن مین کہ مریضون کو عام لوگ تو تصویر تندرستی ہی قرار دیتے ہین گو کہ وے خود اپنے آپ کو بہت بیمار معلوم کرتے ہین +

ایسے مریض کسی طبیب سے مشورہ لینے مین بہت ہی پس و پیش کرتے ہین کیونکہ بیشتر کے ناگوار تجربہ کے لحاظ سے اونکو یہی امید ہوتی ہے کہ اونکا مرض پھر "خیالی" ہی بتلایا جائیگا۔ ٹھیک ٹھیک ایسے ہی موقعون پر مجھے ایسا عمدہ موقع اس بات کے بغور دیکھنے کا حاصل ہوا ہے کہ مروجہ طریقہ تشخیص کیا ہے +

پھر ایک حالت ملاحظہ فرمائیے + ایک لڑکی ۸ اسال عمر کی میرے پاس آئی

نوٹ ۱۵ یہ بات اس مریض کے پہلے طبیبون نے جنھون نے کہ اوسکے مرض کو خیالی تجویز کیا تھا اس سے کہی تھی +

نوٹ ۱۶ جس کو کہ اطبا وہم کہدیتے ہین اور کہتے ہین کہ اسکی دوا لقمان کے پاس بھی نہین ہے + وہم بھی ایک مرض ایسا ہے جو کہ قابل علاج ہے اسکا بیان کتاب ہذا کے حصہ دوم مین دماغی اور اعصابی امراض کے باب مین آیا ہے + ۱۲

جوکہ کلوروسس[۱] (گرین سکنیس) مین مبتلا تھی + ڈاکٹرون نے اُس سے کہا تھا کہ وہ
کسی قدر ضعیف مائل بہ کلوروسس تھی۔ لیکن اور طریقے مین بالکل اچھی تھی اوسکو آیرن
(فولاد) کا استعمال کرنا چاہیے اور تب وہ اپنی گئی ہوئی تندرستی پھر جلد حاصل کریگی؟
ضرور اوسنے آیرن (فولاد) کا استعمال کیا اُس کا خون کسی بات مین بھی بہتر نہوا + چہرہ کو
دیکھکر تشخیص کے میرے علم نے مجھے بتلا دیا کہ وہ ایک ہی وقت مین "بالکل اچھی" اور
مائل بہ کلوروسس نہین ہوسکتی۔ کیونکہ اوسکے جسم مین زیادہ مقدار مادہ فاسد کا بار موجود تھا +
خون کی باریک سے باریک تمام رگین جوکہ جلد تک خون کو پہنچاتی ہین رک گئی تھین +
بیرونی جلد تک خون کافی مقدار مین نہین پہونچ سکتا تھا جسکی وجہ سے کہ دیکھنے مین
کھال (جلد) زرد اور بیمار سی معلوم ہوتی تھی + اس بیماری کا سبب برسون کا پُرانا ناقص
ہاضمہ تھا۔ یہ مریضہ نے خود تسلیم کیا + اور اس موقع پر مین یہ کہونگا کہ بہت سے لوگ بدقسمتی
سے یہ بات نہین جانتے کہ واقعی صحیح ہاضمہ کیا ہوتا ہے بس اسکی پوری پوری ضرورت بہت
ہی کم سمجھ مین آتی ہے + میرے مطلب مین یہ بات روزانہ تجربہ مین آتی ہے + اس نوجوان لیڈی

نوٹ ۱ کلوروسس لفظ انگریزی ہے ایک مرض کا نام ہے جوکہ مخصوص بہ عورات ہے۔ یہ مرض اکثر
۱۵ سے ۲۵ برس کی عمر مین ہوا کرتا ہے۔ اس مین جلد کا رنگ سبز یا زرد مائل بہ سبزی ہو جاتا ہے جسکی وجہ سے
کہ اس مرض کو گرین سکنس کے نام سے مشہور کرتے ہین + اس مرض مین علاوہ تمام علامات مرض انیمیا
(تعدیم الدم) یعنی کمی خون کے یہ چند خاص کیفیات ظاہر ہوتی ہین یعنی جلد کا رنگ زرد یا زرد مائل بہ سبزی۔
جسمی لاغری و کمزوری۔ دماغی کام سے نفرت۔ ہاتھ۔ پاون سرد۔ ذرا محنت کرنے سے دل کا دھڑکنا۔ اور زینہ کا
ہانپنا۔ دردسر۔ دوران سر۔ کانون مین مختلف قسم کی آوازین آنا۔ جسم مین بعض مقامات مین اور بائین
پہلو و پشت مین عصبی درد۔ کبھی مرگی سی بھی آجاتی ہے۔ اور حیض مین ضرور خرابی ہوتی ہے۔ دائمی
قبض اور بھوک کی کمی تو لازمی ہے۔ ۱۲

کے لئے بھی میں نے وہی علاج تجویز کیا جو کہ اس مریض کی حالت میں جس کا ذکر اس سے قبل ہو چکا ہے۔ اور چند مہینوں میں خرابی دفعہ ہو گئی اور مریضہ کی شکل بالکل تبدیل ہو گئی۔ آپ دیکھتے ہیں کہ میڈیکل سائنس کی تشخیص اس مریضہ کی صحیح حالت کے بارے میں پھر غلطی پر تھی۔ کلوروسس تو مرض کی محض ایک ظاہری علامت تھی۔ جو کہ خود فارن میٹر سے پیدا ہوا تھا۔ اور یہ آخرالذکر یعنی فارن میٹر جسم میں بوجہ ناقص ہاضمہ کے چھوٹ گیا تھا۔ مریضہ کی گردن اور سر پر ایک ہی نظر کرنے سے میں نے ان تمام باتوں کو جان لیا حالانکہ پیروان میڈیکل سائنس اس کو بالکل دریافت نہ کر سکے تھے۔

ایک دوسرا واقعہ یہ ہے۔ ایک عورت جس کو کہ بہت ہی بڑے سخت قبض کی شکایت تھی میرے پاس آئی۔ کوئی علاج اس کو فائدہ نہ کرتا تھا۔ اور ڈاکٹروں نے اس سے کہدیا کہ اوسے بے چین نہیں ہونا چاہیئے۔ پورے تندرست آدمی بھی قبض میں مبتلا ہوتے ہیں اور یہ خودبخود اچھا ہو جائے گا۔ میں نے معلوم کرلیا کہ وہ عورت مادہ فاسد سے بہت بھری ہوئی تھی جس نے پیڑو میں خاصکر ایک ادنیٰ درجہ کے مرض بخار کی گرمی پیدا کر دی تھی۔ جس گرمی نے کہ انتڑیوں سے نکلنے والی چکنی رطوبت تمام خشک کردی تھی اور پاخانہ کو قریب قریب بالکل جلادیا تھا۔ پس یہ آنتوں میں خشک حالت میں رہ گیا تھا۔ اپنے طریق کا علاج میں نے تجویز کر دیا۔ اور تعجب انگیز قلیل عرصہ میں یعنی شروع کے غسلوں کے بعد ہی اندرونی گرمی باہر کو کھینچ آئی اور انتڑیاں کام کرنے لگیں۔

اس حالت میں بھی پھر آپ صاف طور سے مروجہ طریقہ تشخیص کی نادرستی کو دیکھتے ہیں۔ میں قریب قریب اس بات کا دعویٰ کرونگا کہ اس سے زیادہ نقصان رسان اور سب جگہ پھیلی ہوئی غلطی کوئی نہیں ہے کہ کوئی آدمی پوری حالت تندرستی میں بھی ہو

اور قبض مین بھی مُبتلا ہو + مرض کے بارے مین ایسا خیال کسقدر راستی سے دُور ہٹا ہوا ہے واقعی یہ ایسا خیال ہے جیسا کہ کسی بچہ کا ہوسکتا ہے۔ بچہ جو کہ محض اُن ظاہری علامات کو ہی دیکھتا ہے جنکا سبب کہ وہ کچھ نہیں بتلا سکتا + مین دعوی کرتا ہون کہ ناقص ہاضمہ سب امراض کی مان ہے +

ایک قابل حکیم نے مجھ سے ایک مرتبہ ذکر کیا کہ بہت سی لاشون کو چیر پھاڑ کر امتحان کرنے مین اوسنے اکثر اپنے دماغ کو اس بات کے دریافت کرنے مین بہت پریشان کیا ہے کہ فلان شخص مُردہ کیون فلان بیماری سے مرا ہے اور نہ کسی اور دیگر بیماری سے + اوس کے جسم کے کل حصے اور اندرونی اعضا بہت اچھی حالت مین تھے اور مرض کا کسی جگہ نشان بھی نہ پایا جاسکا + مینے جواب دیا کہ میری تشخیص اور اوسکی تشخیص مین فرق اسی قدر ہے کہ حکما لوگ تو خاصکر مُردہ جسمون کو کاٹ کر علم حاصل کرنے کی کوشش کرتے ہین اور مین صرف اونھین کارروائیون پر نظر کرتا ہون جو کہ زندہ جسمون مین ہوتی رہتی ہین۔ پس میرے لئے مُردہ جسمون کا دیکھنا بیکار ہے۔ اپنا مطلب زیادہ صاف کرنے کے لئے مین تمثیل ذیل پیش کرتا ہون +

کوئی شخص ایک سینے کی کل خرید کرنے جاتا ہے۔ دوکان مین بہت سی اعلےٰ قسم کی کلین رکھی ہوئی دیکھتا ہے اور اونمین سے ایک مشین (کل) پسند کرلیتا ہے + ظاہرا اوس مین کوئی نقص نظر نہین آتا۔ دیکھنے مین اوسکی بناوٹ ذرا ذراسی بات مین بہت عمدہ ہے اوس شخص کا ایک دوست اب اوس کو بتلاتا ہے کہ یہ کل بغیر چلے ہوئے بہت عمدہ معلوم ہوسکتی ہے مگر نقص اولاً جب ہی نظر آوے گا جبکہ اوس کو چلا دینگے + چلنے مین ایک ہی نقص جو کہ کسی دیگر طریقے مین معلوم نہین ہوسکتا کل مشین کو ناکارہ کردے گا۔

اس لئے بہتر ہے کہ مشین کو چلا کر دیکھ لیا جاوے + جسم انسان کی بھی کیفیت ایسی ہی ہے +
کام نکرنے کی حالت مین (اس موقع پر مطلب مُردہ سے ہے) یہ کہنا غیر ممکن ہو جاتا ہے کہ ماجرا
کیا ہے + زندہ جسم مین ہر ایک باقاعدہ کارروائی صاف صریحًا نظر آجاتی ہے + پس جو کوئی کہ ان
خلاف قاعدہ کارروائیون پر (مرض کی جملہ صورتون اور اوسکی علامتون کو) توجہ کے ساتھ خیال
کرنا چاہتا ہے وہ مردہ جسمون کو چیر پھاڑ کر دیکھنے سے اپنا مقصد حاصل نہین کرسکتا بلکہ زندہ
شخصون کو صرف بغور ملاحظہ کر کے اپنا مقصد حاصل کرسکتا ہے + میرا **سائنس آف فیشل
اکسپریشن** اسی قسم کے معائنہ پر مبنی ہے +

اب مرض کی جملہ صورتون کی وحدانیت کو (اسکا مجھے یقین ہے کہ ثابت ہو گئی)
ثابت کر دینے کے بعد اسقدر اور کہونگا کہ زمانہ حال کے میڈیکل سائنس کے مروجہ طریقہائے
تشخیص بنسبت امراض کے نام اور اونکے مقامات کے۔ بالکل غیر ضروری ہین اور جہانتک
کہ علاج سے تعلق ہے سراسر بیکار ہین + درحقیقت انکی وجہ سے غلطی مین بآسانی پڑسکتے
ہین + سوال صرف یہی ہے کہ یہ بات جان لیجاوے کہ آیا **فلان جسم تندرست ہے
یا بیمار یعنی آیا وہ جسم مادہ ناقص سے بری ہے یا اُس سے بھرا ہوا ہے**
نیز یہ کہ کس طور سے یہ بار اوس مین آگیا اور کتنے عرصہ سے یہ بار اُس مین آتا رہا ہے تاکہ
ہم قریب قریب اُس وقت کا تخمینہ کرسکین جو کہ شفا حاصل کرنے مین صرف ہوگا + جس وقت
کہ ہمنے یہ بات جان لی کہ فلان جسم بیمار ہے تو ہم کو یہ بات بھی معلوم ہے کہ اوسکو تندرست بنانے
مین کیا کیا کرنا ہوگا۔ پس مریض کے علاج مین ابتدا ہی سے جملہ قسم کی غلطیان نہونے پائینگی +

میرے علاج کے طریقے

اسٹیم باتھ۔ سن باتھ۔ فریکشن ہپ باتھ۔ فریکشن سٹز باتھ

بعد بیان کئے جانے بہت سی بیماریون اور اونکے اسباب کے یہ ضروری ہوگا کہ مختلف بیماریون کے جوکہ انسان کو تکلیف دیتی ہین دور کرنے کے طریقون سے واقفیت حاصل کیجاوے + اور اس موقع پر بھی پھر ہمکو امید ایک ہی طریقہ علاج کے دریافت کرنے کی کرنی چاہیئے محض اس وجہ سے کہ جملہ اقسام کے امراض کی اصلیت ایک ہی ہے +

سب سے اول **اسٹیم باتھ** یعنی بھاپ کے ذریعہ سے غسل لینے کا ذکر کرتے ہین اور **اونکے لئے جانے کے کئی طریقے ہین** + اسٹیم باتھ ایسا مجرب طریقہ ہے جس کے ذریعہ سے جلد اپنا فعل مناسب طریقے سے کرنے کے لئے ٹھیک ہو سکتی ہے اور یہ حالت (جلد کا ٹھیک کام دینا) اُن سب لوگون کے لئے ضروری ہے جوکہ اپنی تندرستی قایم رکھنا چاہتے ہین + نیز اُن لوگون کے لئے جو تندرستی حاصل کرنا چاہتے ہین +

پورے جسم کا اسٹیم باتھ یعنی بھاپ کا غسل ۔ عرصہ دراز تک مین نے ایک ایسے واقعی سادہ اور کارآمد آلہ کے دریافت مین کوشش کی جوکہ معمولی استعمال مین آسکے اور کمزور مریضون کے لئے بھی کام آسکے۔ آخرکار مین نے بھاپ سے غسل لینے کا اپنا آلہ جس کے حصے علیحدہ کرلئے جاسکتے ہین ایجاد کیا + یہ آلہ جب اسکے حصے علیحدہ کرکے رکھے جاوین تو معمولی کرسی سے زیادہ جگہ نہین گھیرتا۔ اور ہر شخص اسکو ٹھیک کرسکتا ہے یعنی حصون کو لگا سکتا ہے۔

چیزین جن کی اس آلہ کے استعمال مین ضرورت ہوتی ہے حسب ذیل ہین یعنی ایک بڑا

کمبل - چند دیگچیاں - اور ایک میرا ایجاد کیا ہوا ٹب یا معمولی نہانے کا ٹب + ایک خاص آرام اِس آلہ مین یہ ہے کہ تمام جسم یا صرف اوسکا کوئی حصہ بھاپ سے غسل دیا جاسکتا ہے جیساکہ منظور ہو +

اِس آلہ کو جیسا کہ ذیل کے طریقے مین دکھلایا گیا ہے رکھنے کے بعد (دیکھو تصویر ۱۷) کچھ پانی کو تین یا چار دیگچی یا پتیلیون مین چولھے پر جوش دیوین یا بہتر ہوگا اگر میرے

تصویر ۱۷

خاص ایجاد کئے ہوے بھاپ دینے کے برتن جسکے ہمراہ اسپرٹ لیمپ اور پانی کا خانہ ہوتا ہے استعمال کئے جاوین + ایسے تین برتن پورے جسم کے غسل کے لئے کافی ہین اور اونکے استعمال مین کسی دوسرے شخص کی ضرورت نہین +

اگر پانی کی معمولی دیگچیان استعمال کیجادین تو یہ آسانی کے لئے بہتر ہے کہ اونکو بالکل اوپر تک نہ بھرین + جب پانی پکنے لگے تو مریض کو اس آلہ پر بالکل برہنہ ہوکر چیت

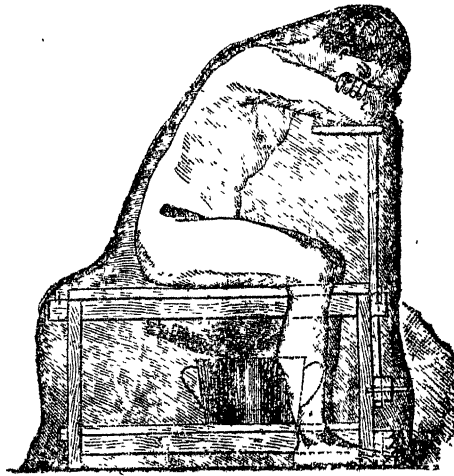
لیٹنا چاہیئے + اسکے بعد مریض کو ایک اونی کمبل سے ڈہک دینا چاہیئے اور کمبل دہنے
بائین اسقدر نیچے تک لٹکتا رہے کہ بھاپ باہر نہ نکل جاوے + ابتدا مین سرکو بھی کمبل
سے ڈھک لینا اچھا ہے + دوسرا شخص کمبل کو ایک طرف سے ذرا اوٹھا کر بنچ کے نیچے
پکتے ہوے پانی کی دیگچیان رکھے۔ برتنون کے ڈھکنون کے کم و بیش اوٹھا دینے سے جس
کم و بیش بھاپ نکل سکے گی گرمی مین کمی بیشی کیجا سکتی ہے + بڑے آدمی کے لیئے دو یا تین
دیگچیان رکھی چاہئین۔ بچون کے لئے ایک ہی کافی ہے۔ ایک زائد دیگچی پانی کی چولھے پر
احتیاطاً پکتی رہے + اول دیگچی (اور بچون کے لئے یہی ایک ہی ہوگی) اگلے خانہ بنچ مین
مریض کی کمر کے نیچے کے حصے کے تلے رکھنا چاہیئے۔ دوسری دیگچی پیرون کے تلے۔
اور تیسری اگر ضرورت ہو تو اول سے ذرا اوپر کو پیٹھ کے نیچے رکھی جاوے +

جبکہ بھاپ کی آمد کم ہونے لگے (بعد قریب دس منٹ کے) تو زائد دیگچی کو چولھے سے
اوٹھا کر اول دیگچی کی جگہ رکھین اور اول کو اوٹھا کر پھر آگ پر رکھین + معمولاً پیرون کے نیچے
والی دیگچی کے تبدیل کرنے کی ضرورت نہین ہوتی ہے + جب میرے بنائے ہوئے برتن اور
اسپرٹ لیمپ کا استعمال کیا جاتا ہے تو یہ ہدایات اُس سے متعلق نہین + اور تب برتنون کی
تبدیلی کی ضرورت نہین رہتی۔ جیساکہ مشرح اُن ہدایات مین درج ہے جو اُس آلہ کے ہمراہ مہیا
کی جاتی ہین +

دس پندرہ منٹ کے اندر مریض کو لوٹ جانا چاہیئے تاکہ گرمی پیڑو اور سینے کو اچھی طرح
سے لگے + اگر اُس وقت تک پسینہ نہین آیا ہو تو اب بہت اچھی طرح سے آوے گا + اور پھر
اور پاؤن کو ایک ساتھ پسینہ آنا شروع ہوگا + بچون کی حالت مین اکثر اوقات دیگچی

نوٹ ۱ؔ یعنی پیٹ سے چت ہوجانا چاہیئے +

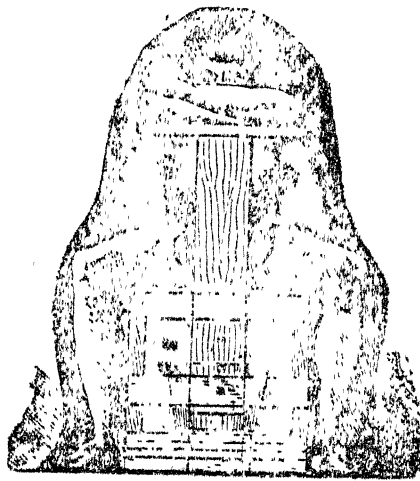
تبدیل کرنے کی ضرورت نہین۔ جن لوگون کو جلد پسینہ نہین آتا ہے انکو سر ڈھکے[1]
رہنا چاہیئے۔ اور یہ سر ڈھکنا ایسا ناگوار معلوم نہوگا جیسا کہ ابتدا مین خیال کیا جاتا ہے +

تصویر نی

پسینہ ½ یا ۱ گھنٹہ تک جسقدر کہ ضرورت ہو جاری رکھنا چاہیئے۔ اور حسب خواہش دیگر یان
تبدیل کیجاوین یا نہ کیجاوین۔ جسم کے وہ حصے جو خاصکر سڑے ہوے مادہ فاسد (فارن منتشر)
سے بھرے ہوے ہین مشکل سے پسیجتے ہین اور مریض کو خود ایسی جگھون مین زیادہ گرمی لینے
کی خواہش پیدا ہوگی +

لوٹ[1] مطلب یہ کہ بھاپ سے غسل لینے کی حالت مین کمبل سے سر ڈھک لینا چاہیئے +

مریض کی ایسی خواہش ہمیشہ پوری کرنی چاہیئے کیونکہ یہی طریقہ ہے جس سے بہت کامیابی کے ساتھ ان بھاپ کے غسلون سے امراض اچھے ہوتے ہین +

کمزور آدمی اور وے لوگ جو کہ کچھ زیادہ بیمار ہین - اور خصوصاً مراقی مزاج کے مریض کو بھاپ سے غسل کبھی نہین لینا چاہیئے + ایسے مریضون کو فریکشن سنز باتھ اور فریکشن ہپ باتھ سے جو کہ ہوا کو جبر سے خارج کرتے ہین - اگر سن باتھ (دھوپ کے غسل) کے

تصویر سی

ساتھ لیئے جاوین تو شفائے کلی حاصل ہوگی + جن لوگون کو قدرتی طور پر آسانی سے پسینہ آتا ہے وے بعض وقت بھاپ کے غسل کو بالکل ترک کر سکتے ہین + ایک ہفتہ مین دو سے زائد بھاپ کے غسل اس وقت لینے چاہیئین جبکہ خاص طور سے تبلائی گئی ہون +

بھاپ کا غسل ختم ہونے کے بعد ایک فریکشن ہپ باتھ ۶۸ تا ۸۱ درجہ

فہرن ہائٹ[۱] کی حرارت کے پانی مین ضرور لینا چاہیے تاکہ جسم کو ٹھنڈا کیا جاوے +
طریقہ فرکشن ہپ باتھ لینے کا مشرح صفحہ ۱۵۰ مین دیا گیا ہے اور برتن اوس کا
تصویر ۲۰ مین ظاہر کیا گیا ہے + ایسے غسل[۲] کے شروع مین یا آخر مین پیڑو کے علاوہ بقیہ
جسم کو بھی (یعنی سینہ - ہاتھ - ٹانگ اور پیر - سر اور گردن کو) بہت جلدی کے ساتھ دہو
ڈالا جاوے تاکہ وے بھی صاف ہوجاوین اور ٹھنڈے کرلئے جاوین + جسقدر جسم زیادہ
گرم ہوگا اوسی قدر سردی بھی کم معلوم ہوتی ہے - اس طریقے سے پسینہ آنے پر جسم مین
کوئی اندرونی حرکت پیدا نہین ہوتی بلکہ جسم کی صرف جلد ہی بخوبی گرم ہوجاتی ہے - اور کوئی
وجہ نہین ہے کہ ایسے غسل سے کوئی برے اثر پیدا ہونیکا اندیشہ کیا جاوے +
فولاد کو جب تپا کر سرخ انگارہ کی مانند کرتے ہین تو اوس کو ضرورت کے موافق مضبوطی دینے
کے لئے ضرور ٹھنڈے پانی مین غوطہ دیتے ہین + اسی طریقہ سے انسان کا جسم بھی بعد بھاپ
کے غسل کے ٹھنڈا کئے جانے پر مضبوط اور جفاکش ہوجاتا ہے +
بعد فرکشن ہپ باتھ کے یعنی بعد پیڑو کے غسل کے یہ ضروری ہے کہ غسل کرنے والا جسم
گرم کیا جاوے تاکہ خفیف پسینہ آجائے + مضبوط مریض کھلے میدان - خصوصاً دہوپ مین
محنت جسمانی کر کے یہ گرمی حاصل کر سکتے ہین + کمزور کو (حالانکہ ایسے لوگون کو بھاپ کا
غسل لینے مین بہت ہی احتیاط کرنی چاہیئے) کپڑا اوڑھ کر پلنگ پر جانا چاہیے

نوٹ ۱ - فہرن ہائٹ تھرمامیٹر سے معلوم ہو سکتا ہے بلکہ اسکے لئے اگر کنوئین کا تازہ پانی ہر موسم مین لیا جاوے تو درست ہے اوسکی حرارت قریب قریب ہر موسم مین ۶۰ اور ۷۰ درجون کے درمیان ہوتی ہے - اگر کسیقدر اوسے سرد کرنے کی ضرورت ہو تو باسی پانی گھڑے کا بقدر ضرورت اوس مین شامل کر سکتے ہین + ۲ سٹز باتھ سے مراد ہے جو کہ اسٹیم باتھ کے بعد لیا جاوے - نہ کہ معمولی ہپ باتھ سے ۱۳۶ +

اور کمرہ کی کھڑکیان[1] تھوڑی کھول دیجاوین۔

بھاپ پانی کے ۲۱۲ درجہ تک گرم ہونے پر فوراً پیدا ہو جاتی ہے۔ بھاپ جو برتنون مین پیدا ہوتی ہے وہ بالکل ویسی ہی ہے جیسے کہ بھاپ انجن مین پیدا ہوتی ہے۔ صرف فرق بھاپ کی مقدار مین ہے مگر ایک مرتبہ تجربہ کرنے سے یقین ہو جاویگا کہ میرے بھاپ دینے کے برتن اسکے لئے بہت کافی ہین +

جہانتک میرا بھاپ لینے کا آلہ بھی نہو اور نہ کوئی بید کی بنی ہوئی بینچ ہو جو کہ آلہ کی جگہ کام دیسکے تو ایک بید کی بنی ہوئی معمولی کرسی سے کام لیا جا سکتا ہے + مریض اسپر بیٹھکر اپنے کو کمبل سے بالکل ڈھک لیوے + کرسی کے نیچے جیسا کہ اوپر ذکر کیا گیا پکتے ہوئے پانی کی ایک دیگچی رکھ لیوے اور مریض کے پیر بھی دوسری دیگچی کے اوپر رکھے جاوین جو کہ آدھی دور تک پکتے ہوئے پانی سے بھری ہے اور جسکے اوپر دو پتلی لکڑیان رکھی گئی ہین + میرے بھاپ دینے کے آلے مین یہ بڑا فائدہ ہے جیسا کہ بیان کردیا گیا ہے کہ بھاپ اگر ضرورت ہو تو جسم کے خاص حصّون کو بھی دیجا سکتی ہے +

شکل بی (صفحہ ۱۴۱) مین پیڑو کے لئے بھاپ کا غسل دکھلایا گیا ہے جو کہ خاصکر وقت طلب امراض شکم اور کلوروسس[2] کی بیماری کے لیے جسمین کہ جسم زردی مائل ہو جاتا ہے نیز خرابی حیض مین۔ اور عورات کے دیگر امراض مین بہت مفید ہے۔

---

[1] ولایت مین رہنے کے مکانات مین چھت کے قریب ہوا کی آمدورفت کے لئے کھڑکیان لگی رہتی ہین جسکے مکان مین کھڑکی اوپر نہون تو دروازہ ہی اسقدر کھولدے کہ ہوا صاف و تازہ کی آمدورفت بخوبی رہے۔ ہر مکان مین یہ ضروری ہے اگر مکان کی ہوا صاف رکھنی منظور ہے کہ چھت کے قریب دیوار مین کافی کھڑکیان رکھی جاوین اونکے ذریعہ سے ہر وقت مکان مین تازہ ہوا کی آمدورفت رہیگی اور تیز ہوا بھی نہین لگے گی۔ ہندوستان مین اسکا رواج کم ہے لیکن اسکا رکھنا حفظ صحت کے لئے ضروریات سے ہے + [2] کلوروسس کیا مرض ہے اسکو حصّہ دوم مین دیکھئے + نیز صفحہ ۳۴۱ کا نوٹ ملاحظہ فرمائیے

شکل مذکورہ سے اس غسل کے لینے کا طریقہ عیاں ہے + صرف ایک برتن ایک وقت میں رکھا جاتا ہے اور حسب خواہش مریض تبدیل بھی کیا جا سکتا ہے + چونکہ جسم کے جملہ حصّے بھی گرم ہو جاتے ہیں کل پیڑو کو اس طریقہ سے ٹھنڈ پہنچانی چاہیئے جیسا کہ کل جسم کو بھاپ کا غسل لینے کے بعد۔ درحقیقت دونوں حالتوں میں کل طریقہ ایک ہی ہے۔ بہت سی بیماریوں میں خصوصاً عورتوں کے امراض میں یہ بہتر ہو کہ بھاپ سے غسل کرنے کے بعد فریکشن سٹز باتھ لیا جاوے۔ یہ[1] یا فریکشن ہپ باتھ اس عرصہ تک لینا چاہیئے جب تک کہ ٹھنڈ کی حالت پیدا ہونی شروع ہو +

ان بھاپ کے ذریعہ غسلوں کا اثر تعجب خیز ہوتا ہے اگر یہ ہوشیاری سے لئے جاویں +

بھاپ کا غسل گردن اور سر کے لئے۔ شکل سی (صفحہ ۱۴۲) میں دکھلایا گیا ہے + بینچ پر ایک تختہ رکھکر اس کے اوپر پانی کا برتن رکھا جاتا ہے اور سر اور گردن کو اس وقت تک بھاپ دیجاتی ہے جب تک ان کو بہت زور کے ساتھ پسینہ نہ آجاوے + جب کہ پسینہ آنا شروع ہوتا ہے ہر قسم کا درد ہمیشہ بند ہو جاتا ہے اور دانت کے درد ہونے کی حالت میں یہ بات خاصکر پائی گئی ہے + سر اور سینہ اگر گرم ہیں تو ٹھنڈے پانی سے فوراً جلدی سے دھو ڈالے جاویں اور ایک فریکشن ہپ یا سٹز باتھ فوراً لے لیا جاوے + اگر کچھ دیر کے بعد درد پھر ہونے لگے تو بھاپ سے کل جسم کو غسل۔ اور گردن کو غسل نمبر وار[2] دینا چاہیئے۔ اور (پیڑو کو خاصکر[3] بخوبی بھاپ دینی چاہیئے)

اس طور سے بدن کے حصّوں کا بھاپ سے غسل دینا بہت ہی ضروری ہے اور بہت ہی جلد تکلیف کو کم کرتا ہے۔ مثلاً کان۔ آنکھ۔ ناک۔ اور حلق کی تکالیف میں اور خاصکر دانتوں کے درد میں اور علاج

[1] یعنی فریکشن سٹز باتھ + [2] یعنی ایک مرتبہ کل جسم کو اور دوسری مرتبہ گردن کو بھاپ سے غسل دیویں اور یہی سلسلہ جاری رکھیں [3] یعنی کل جسم کو بھاپ سے غسل دیتے میں پیڑو کو خوب پسینہ لانا چاہیئے + ۱۲

پھوڑے ۔ پھنسی ہین اور اڑھیٹھہ (کاربنکل) پھوڑے کے علاج ہین +
بدن کے حصون کے بھاپ کے غسل بلا میز کے نوایجاد آلہ کے بھی دسے جا سکتے ہین اگرچہ
اُس آرام کے ساتھ نہین جیسا کہ آلہ کے ذریعہ سے + پیرو کو بھاپ سے غسل معمولی کرسی پر جو بید کی
بُنی ہوئی ہو دیا جا سکتا ہے ۔ سر کو بھاپ سے غسل دینے مین ایک معمولی بینچ کام دیسکتی ہے ۔ اوس پر
بھاپ کا برتن رکھ کر ایک معمولی کرسی سامنے ہاتھون کے سہارے کے لئے رکھ لیجا ئے +

سن باتھ یعنی دہوپ لینے کا طریقہ ۔ طریقہ دہوپ لینے کا جو کہ صرف بہت گرم اور دہوپ نکلنے کے دن[1] ہی لیجا سکتی ہے حسب ذیل ہے ۔

مریض ہلکے کپڑے پہنکر ایک جگہ جو کہ ہوا سے محفوظ ہو لیٹ جاے اور چٹائی یا کمبل یا قالین پر لیٹے تو اور بھی اچھا ہے ۔ موزہ اور جوتہ اُتار دینے چاہئین اور عورات و لڑکیان جو لہنگا نہ پہنین
سر اور چہرہ سُورج کی کرنون سے بچانا چاہیئے جو سبز پتون[2] کے ذریعہ سے بہت اچھی طرح ہو سکتا ہے
جیسے کہ ریوند چینی کے درخت کا پتہ اور چند چھوٹے چھوٹے پتون سے + برہنہ پیرو کو بھی
اُسی طریقے سے ایک پتے سے ڈھکنا چاہیئے اور اگر پتہ دستیاب نہو سکے تو ایک گیلے کپڑے سے +

نوٹ [1] یہ سرد مُلک یعنی ولایت جرمنی کا حال ہے جہان بمقابلہ ہندوستان کے سردی بھی زیادہ پڑتی ہے
اور دہوپ بھی کم نکلتی ہے ۔ ہندوستان مین بھی مختلف جگہون پر مختلف موسم رہتے ہین ۔ ولایت کا بہت گرم
دن ہندوستان کی معمولی درجہ کی گرمی سے بھی کم گرمی رکھتا ہوگا ۔ ہندوستان مین اور دیگر ملکون مین بہت زیادہ
گرمی اور تیزی دہوپ کے وقت جبکہ گرم ہوا چلتی ہو اور دہوپ آدمی کو زیادہ ناگوار ہو میرے خیال مین دہوپ لینا
نہین چاہیئے بلکہ جاڑون مین اور نیز گرمیون مین جس وقت کہ دہوپ قابل برداشت ہو اور ناگوار نہ گذرے تو مریض
کو دہوپ زائد از زائد اوسی قدر عرصہ تک جب تک کہ اوسکو تکان معلوم نہو بطریق مذکورہ دیجا سکتی ہے +

نوٹ [2] سبز کیلے کا پتہ یا اور کوئی بڑا سبز پتہ بھی ایسا کام دیسکتا ہے ۔ نیب کے درخت کی سبز
پتہ دار ڈالیان بھی ایسا کام دیسکتی ہین یا اور کسی چیز کے سبز پتے +

اِس طریقے سے دہوپ نصف یا ½ گھنٹہ سے ڈیڑھ گھنٹہ تک لیجا سکتی ہے + مریض جن کو پسینہ جلد نہین آتا اس سے زیادہ بھی دہوپ مین پڑے رہ سکتے ہین بشرطیکہ اونکو تکان معلوم نہو بہت گرم دن مین دہوپ بہت زیادہ دیر تک نہین لینی چاہیئے + جن لوگون کو دہوپ لینے مین درد سر ہونے لگے یا چکر آنے لگے اونکو اولاً تھوڑی ہی دیر دہوپ اِس طریقہ سے لینا چاہئے + یہ حالت خاصکر اُن مریضون کی ہوتی ہے جنکو پسینہ قطعی نہین آتا یا بہت زیادہ دشواری سے آتا ہے +

اس طریقہ سے دہوپ لینے کے بعد ٹھنڈ پہنچانیوالا **فریکشن ہپ باتھ** (دیکھو صفحہ ۱۵۲) یا **فریکشن سٹز باتھ** (دیکھو صفحہ ۱۵۴) ضرور لینا چاہیئے تاکہ وہ مواد فاسد جو اس طور سے ڈھیلا کیا گیا ہے نکالا جاوے + اُن مریضون کو جنکو کہ بعد لینے **فریکشن سٹز باتھ یا ہپ باتھ** کے گرمی جلد واپس نہین آتی۔ چاہیئے کہ پھر دہوپ مین سر ڈھانپ کر بیٹھین یا دہوپ مین ٹہلین + یہ خصوصاً اُن مریضون سے واسطہ رکھتا ہے جو کہ زیادہ بیمار ہین اور نازک مزاج ہین + بلکہ درحقیقت ایسے شخصون کے لئے اس طریقے سے دہوپ لینا بسا اوقات بہت تیز علاج ہے اور ابتدا سے معالجہ مین اسکا استعمال ہونا نہین چاہیئے۔

طریقہ مذکورہ مین دہوپ لینے کا سب سے عمدہ وقت دس[۱] بجے صبح سے تین بجے شام تک ہے + اگر ضرورت ہو تو دوپہر کا کھانا کھانے کے بعد فوراً بھی لیا جا سکتا ہے مگر بہتر یہ ہے کہ ½ یا ایک گھنٹہ ٹھیر کر ایسا کرین کیونکہ ہاضمہ کے لئے گرمی جسمانی کی ضرورت ہوتی ہے اور ٹھنڈ پہنچانیوالے غسل[۲] سے جو کہ دہوپ لینے کے بعد لئے جاتے ہین جسم کی حرارت مین بہت زیادہ کمی ہو جاوے گی +

نوٹ [۱] یہ وقت جاڑون مین ہندوستان مین بہت مناسب ہے مگر اور موسمون مین کوئی دوسرا وقت مقرر کیا جا سکتا ہے جسمین بلحاظ اس امر کا ضرور ہے کہ اُس وقت گرم ہوا نہ چلتی ہو اور نہ دہوپ اسقدر سخت ہو کہ معمولی آدمی کے لئے بھی ناقابل برداشت ہو + [۲] مراد ہے فریکشن سٹز باتھ اور فریکشن ہپ باتھ سے + ۱۲

جسم کے حصّوں کا دھوپ سے غسل یا جسم کے حصّوں کو دھوپ دینا - بدن کے مختلف حصّوں کو دھوپ سے غسل دیکر یا دھوپ دیکر۔ ایسے مرضوں میں جنمیں گوشت کہیں بدن پر اُبھر جاتا ہے - یا بہتے ہوے زخموں میں - یا کسی عضو کے سخت ہو جانے کی حالت میں - یا مرض رسولی میں - یا جب جسم کے اندر کوئی حصہ بدن بڑھ جاتا ہے - اور سب قسم کے درد کرتے ہوے مقامات وغیرہ کی حالت میں - مینے بہت ہی کامیابی حاصل کی ہے -

جسم کے حصّوں کا دھوپ سے غسل اُسی طریقے سے ہوتا ہے جیسا کہ کل جسم کا دھوپ سے غسل کا صرف فرق اسقدر ہے کہ اس میں یہ بات زیادہ کیجاتی ہے کہ خاصکر وہ حصہ جسم کا جس کو دھوپ دینا منظور ہے برہنہ کر دیا جاتا ہے - اور ایک یا زیادہ سبز پتوں کے ذریعہ سے آفتاب کی شعاعوں سے محفوظ رکھا جاتا ہے +

عموماً دھوپ سے غسل لینے کے متعلق ایک بات یہ کہی جاسکتی ہے کہ پانی اور غذا کو لیکر آفتاب سب سے ضروری وسیلہ ہے جو ہمکو بیماریوں کا علاج کرنے کے لئے دیا گیا ہے - اور کوئی دوسرا ایسا مؤثر طریقہ نہیں ہے - خاصکر مزمن حالتوں کے لئے کوئی دوسرا ایسا مؤثر اور دھیمی کے ساتھ ملایم طریقہ مادہ فاسد کو حرکت دینے اور نکالنے کا نہیں ہے جیسا کہ دھوپ کا غسل - (سن باتھ) + ناظرین کو یہ بات ایک تمثیل سے صاف ہو جاے گی + یہ بات اچھی طرح سے جانی ہوئی ہے کہ اگر مٹی کا سنا ہوا کپڑا دھوپ میں پھیلا دیویں تو مٹی جلد تر سوکھتی ہے لیکن اگر ہم کپڑے کو ایک دفعہ دھوپ میں رکھیں اور ایک دفعہ پانی میں رکھیں تو دھوپ سے اوسکا میل کم و بیش نکل جاتا ہے اور دھونے سے زیادہ صفائی ہوتی ہے - یعنی اسطرح سے سپیدی آتی ہے +

جملہ جانداروں کے وجود کا انحصار - سورج - پانی - ہوا - اور زمین کے یکے بعد دیگرے

اثر پڑنے سے ہوتا ہے + چھوٹے پودے اور درخت صرف جب ہی فربہ ہوتے ہیں جب اونکو
دھوپ - پانی - ہوا اور مٹی ملتی ہے - جس وقت کہ زندگی کے یہ اجزا پورے طور سے
یا جزوی طور سے علیحدہ کر دئے جاتے ہیں تو پودے یا درخت کا بڑھنا بند ہو جاتا ہے - مادہ خشک
ہونے لگتا ہے + ایسا ہی طریقہ اور تمام جان رکھنے والی چیزوں کے ساتھ بھی ہے اور پس
انسان کے ساتھ بھی + بدقسمتی سے اکثر لوگ دھوپ اور پانی سے ضرورت سے زیادہ پرہیز کرتے
ہیں + جسم نازک ہو جاتا ہے اور نتیجہ یہ ہے کہ مائل بہ امراض ہو جاتا ہے + تندرست آدمی
سورج کی گرمی کو بلا کسی خراب اثر کے برداشت کر سکتا ہے - برخلاف اسکے مریض اور کمزور
شخص اُس سے خود ہی بچتا ہے کیونکہ اُس سے ایک قسم کی بے چینی معلوم ہوتی ہے +
دھوپ کی وجہ سے مادہ فاسد کو جسم میں جو تیز حرکت ہوتی ہے اُس سے قدرتی طور پر درد سر
چکر - تکان - اور بھاری پن پیدا ہوتا ہے - اگر وہ اعضائے انسانی جنکا کام مواد خارج
کرنے کا ہے بھی زیادہ کمزور ہیں + بہرکیف یہ علامات یقینی اس بات کی پہچان کی ہیں
کہ مادہ فاسد منتشر ہونے لگا + محض دھوپ سے غسل کرنے یا دھوپ لینے سے بغیر پانی کے
غسل[1] کے جو اسکے بعد لینے چاہئیں وہ نتیجہ نہیں حاصل ہو سکتا جو ہم چاہتے ہیں کیونکہ +
پانی میں جسم کی قوت زندگی بڑھانے کا اثر موجود ہے اور اسی قوت زندگی کا بڑھانا ہمارا
سب سے اول مقصد ہونا چاہیئے + پودے بھی جب اونمیں سورج اور پانی دونوں کا یکے بعد
دیگرے اثر پڑتا ہے تو بڑھتے اور تازہ ہوتے ہیں - اور جلد مرجھانے لگتے ہیں اگر صرف
سورج کا ہی اثر اونپر پڑے + جب ایک مرتبہ ہم اس راستہ سے واقف ہو گئے جسپر قدرت کام کرتی ہے

نوٹ [1] ویکسٹن ہپ اور سٹز باتھ کہ جنکا ذکر صفحہ ۱۴۷ میں کیا گیا ہے +

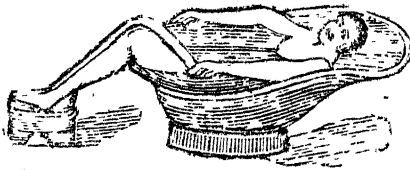
تو ہمکو اس بات کے سمجھنے مین کوئی دقت نہین ہوسکتی کہ کیونکر۔ جیسا کہ امراض کہنہ مین ہو جاتا ہے۔ تھوڑی دیر کی اضطرابیان (بیماری سے صحت کی طرف رجوع ہونے کے اوقات[1]) جو کہ دہوپ سے غسل لینے مین ہوتی ہین ٹھنڈ پہونچانے والے پانی کے غسلون سے فوراً ہی روک دیجا سکتی ہین۔ پیر[2] سے پانی کے غسل جنکا بیان اوپر ہو چکا ہے دہوپ والے غسلون کے سلسلے مین جب لئے جاوین تو بیماری کھو دینے مین ایک تعجب خیز اثر رکھتے ہین +

ہر شخص ایسا خیال کرسکتا ہے کہ ننگے بدن پر سورج کا اثر بمقابلہ ڈھکے یا کپڑے پہنے ہوئے جسم کے زیادہ تیز ہوگا + لیکن یہ ایک بڑی ہی غلطی ہے۔ نیچر کی طرف ایک نظر دیکھنے سے ہمکو اسکا یقین ہوجاویگا + مثلاً انگور کے درخت کو دیکھئے۔ کیا انگور دہوپ سے بچنے کی غرض سے پتون کے نیچے ہمیشہ نہین ہو جاتے ہین ؟ اگر ہر جگہ پتون سے محفوظ رکھے جاوین تو وہ بہت عمدہ پکتے ہین۔ جنکو دہوپ لگتی رہتی ہے وے ترش اور چھوٹے چھوٹے ہو جاتے ہین + یہی کیفیت شاہدانہ کے درختون کی ہوتی ہے اگر پھل کے پکنے کے وقت تمام پتیان کیڑون نے کھالی ہین۔ پھل ایسا اچھا نہین پکتا جیسا کہ دوسری حالت مین پکتا۔ برعکس اس کے شاہدانہ کے پھل بغیر پورے بڑھے ہوئے خشک ہو جاتے ہین + ہر ایک پھل کو پکنے وقت اپنی حفاظت کے لئے پتون کی ضرورت ہوتی ہے + تمثیلین جو نیچر سے لیکر پیش کی گئی ہین ہمکو بہت صاف طور سے دکھلاتی ہین کہ دہوپ کے براہ راست لگنے مین اور کسی

نوٹ [1] جس کو انگریزی مین سینی ٹری کرائی سس کہتے ہین یعنی وہ مین وقت جبکہ مرض ایک اچھی طرف پلٹا لیتا ہے جب کہ ایسا وقت آتا ہے اُس وقت طبیعت کو گھبراہٹ ضرور ہوتی ہے کیونکہ کمزوری معلوم ہوتی ہے۔ مثلاً جب بخار دور ہو جاتا ہے یا دور ہونے کو ہوتا ہے ایک قسم کی گھبراہٹ کمزور آدمی کو ضرور ہوتی ہے اور کمزوری بھی ازحد معلوم ہوتی ہے +

نوٹ [2] فریکشن ہیپ اور فریکشن سٹز باتھ سے مراد ہے + ۱۲

چیز کے ذریعہ سے لگنے مین کسقدر فرق اُس کے اثر مین ہوجاتا ہے +

سُورج کا اثر ننگے سر پر نقصان پُہنچانیوالا ہوتا ہے اور سب قسم کی تکالیف ننگے سر دہوپ لگنے سے ہوتی ہین + اگر ہم جسم کو اپنے کپڑون سے ڈھکا رکھین تو جسم کی کھال اپنے مسامات کو دفعتہً کھولدیتی ہے اور جلدی نم اور گرم ہوجاتی ہے اور پسینہ لانا شروع کردیتی ہے + مگر اس کا فعل زیادہ ہوجاتا ہے ۔ اگر ہم ننگے جسم پر ایک ایسا غلاف رکھین جسمین کہ

تصویر ڈی

بہت پانی بند حالت مین موجود ہو + ایسا غلاف ٹھیک ٹھیک بڑے سبز اور تازہ عرق دار پتون سے بنتا ہے +

یہ بات اچھی طرح جانی گئی ہے کہ سیاہ کپڑون مین سُورج کا اثر بمقابلہ سفید کپڑون کے بالکل مختلف ہوتا ہے + اسواسطے یہ امر کہ ہم پہننے کے کپڑے یا مختلف قسم کے پارچے یا سبز عرق دار پتے حفاظت کے لیے استعمال کرین ۔ عدم توجہی کے قابل نہین ہے +

برسون کے تجربے نے جو مجھے اپنے کارخانہ مین حاصل کیا ہے مجھے اس امر کا یقین دلا دیا ہے کہ دُہوپ کا سبز پتون کے اندر سے جا کر جسم پر پڑنے سے ہی مواد فاسد کے منتشر کرنے کے لئے سب سے عمدہ اثر پڑتا ہے + دُہوپ سے غسل لینا ہمراہی میرے دوسرے طریق علاج کے گرین سکنیس - خصوصًا پیڑو کے اندر گومڑے پڑجانے کی حالت مین - یا کمی خون - یا گنٹھ مالا (خنازیر) یا سل - اور گٹھیا کی حالت مین بہت زیادہ مفید پایا جاوے گا +

فریکشن ہپ باتھ - یہ غسل حسب ذیل طریقے مین لیا جاتا ہے + ایک ٹب نہانے کا اُس شکل کا جو تصویر ڈی مین دکھلایا گیا ہے پانی سے اسقدر بھرا جاتا ہے کہ پانی ناف تک اور جانگھون تک پہونچے + پانی ۶۸ درجہ سے ۸۴ درجہ فہرن ہائٹ تھرما میٹر کی حرارت رکھنے والا ہو اور غسل کرنیوالا کچھ بیٹھ کر اور کچھ پیچھے کو سہارا لیکر بغیر ٹھیرے اور تیزی سے کل پیڑو کو ناف سے نیچے کی جانب اور ایک طرف سے دوسری طرف تک ایک اوسط درجہ کے موٹے بھیگے ہوئے کپڑے سے ملے (جوٹ کپڑا یا موٹا کپڑا) یہ عمل اُسوقت تک کرنا چاہیئے جبتک کہ جسم خوب ٹھنڈا نہ ہو جاوے اوسطًا پانچ منٹ سے دس منٹ تک کافی ہونگے بعد ازان غسل کچھ زیادہ دیر تک لئے جا سکتے ہین

نوٹ ۱ اسکو کلوروسس بھی کہتے ہین جسکا مفصل ذکر حصہ دوم مین کیا گیا ہے - اس مرض مین جلد کا رنگ زرد مائل بہ سبزی ہو جاتا ہے اسوجہ سے اسکو گرین سکنیس کہتے ہین کیونکہ گرین انگریزی مین سبز کو کہتے ہین اور سکنیس کے معنی بیماری - یہ مرض اکثر عورات کو جوان عمر مین ہوتا ہے -

نوٹ ۲ اسکے لئے معمولًا کنوئین کا تازہ پانی ہر موسم مین مناسب ہے اور ایسے پانی کی حرارت بھی قریب قریب انہین درجون کے درمیان ہوتی ہے - ان صورتون مین جنمین کہ تازہ پانی کی حرارت سے کم و بیش درجہ کی حرارت کا پانی درکار ہو تو تازہ پانی مین تھوڑا تھوڑا گھڑے کا رکھا ہوا سرد پانی یا خوب گرم پانی ملا کر جس درجہ حرارت کا پانی چاہین حاصل کر سکتے ہین - فہرن ہائٹ تھرما میٹر سے پانی کی گرمی و سردی کے درجے معلوم کئے جا سکتے ہین جس سے کہ ہوا کی بھی گرمی و سردی معلوم کی جاتی ہے - یہ گرمی ناپنے کا آلہ یعنی فہرن ہائٹ تھرما میٹر ہر شہر مین بڑے سوداگرون کے یہان ملتا ہے + نوٹ ۳ یعنی گرمی شانت جبتک نہو اُس وقت تک یہ عمل کرنا چاہیئے + ۱۲

دوم یہ کہ بہت زیادہ کمزور آدمیون کے لئے اور بچون کے لئے چند منٹ کافی ہین + یہ بہت ضروری ہے کہ ٹانگین۔ پاؤن اور جسم کے اوپر کا حصہ بقیہ جسم کے ساتھ ٹھنڈے نہ کئے جاوین۔ کیونکہ اونمین معمولاً خون کم ہوتا ہے۔ اول الذکر اس وجہ سے کمبل سے ڈہانک لئے جاوین + بعد فریکشن ہپ باتھ کے جسم فوراً پھر گرم کیا جانا چاہئیے۔ جو کہ کھلے ہوئے میدان مین محنت کرنے سے بہت جلد ہوجاتا ہی + اُن مریضون کو جو زیادہ کمزور ہین یا نازک ہین بستر پر لٹا کر اچھی طرح سے ڈھک دینے سے گرمی آجاتی ہے + اگر گرمی بہت آہستہ سے آوے تو ایک پیٹ سے لپیٹنے کی پٹی باندھ دیجاوے +

اس قسم کے فریکشن ہپ باتھ ایک مرتبہ سے تین مرتبہ تک روزانہ ملئے جاسکتے ہین اور وقت کا اندازہ اور پانی کی حرارت مریض کی حالت کے مناسب ہونی چاہئیے + بہت سی حالتون مین اس غسل کی بجائے فریکشن سٹز باتھ لینا چاہئیے یا دونون قسم کے غسل لئے جاوین +

نوٹ ۱ؔ بیٹھنے کے بعد یہ چاہئیے کہ کمبل سے سر سے پیر تک ڈھک لیوین۔ کمبل اوپر سے پھیلا لیا جاوے تاکہ ٹب کے باہر ادھر اُدھر لٹکتا رہے اور پاؤن کے باہر تک پڑا رہے اور سر کے اوپر ہوکر ٹب کے باہر سرہانے لٹکتا رہے + تاکہ ہر پر اوسکا بوجھ نہ پڑے اور پیر کے ملنے مین ہاتھ نہ رکے۔ یہ مناسب ہوگا کہ ایک بغیر ہاتھ کی کرسی تکیہ کی جانب ٹب سے ملا کر رکھین تاکہ کمبل سر پر ہوتا ہوا اور کرسی کے تکیہ پر ہوتا ہوا کرسی پر رکھا جاوے اور پاؤن بھی زمین سے کسی قدر اونچی چیز مثلاً کوئی مونڈھا یا چوکی پر رکھے جاوین تاکہ غسل لینے مین آسانی ہو اور کمبل بھی بوجھ نہ معلوم ہووے۔ پیر کی جانب سے کمبل کا سرا پیرون سے دبا لیا جاسکتا ہے +

نوٹ ۲ؔ مثلاً ٹہلے یا ورزش کرے یا کوئی کھیل مثل لان ٹینس یا کرکٹ کے کھیلے۔ غرضکہ کوئی کام ایسا کرے جس سے جسم مین گرمی آجاوے اور پسینہ بھی چپک چلا جاوے اگر خوب پسینہ آجاوے تو اور بھی بہتر ہے +

نوٹ ۳ؔ کسی ادنی کپڑے کی یا فلالین کی دبیز کوئی چار گرہ چوڑی پٹی جسمین پیٹ پر دو لپیٹ آجاوین پیٹ کے چارون طرف لپیٹ دیجاوے تو گرمی جسم مین جلد آوے گی +

نوٹ ۴ؔ یعنی کتنی دیر تک ایک غسل ہونا چاہئیے اور کس درجہ کی حرارت کے پانی مین + ۱۲

فریکشن سٹزباتھ۔ یہ غسل عورتون کی بیماریون مین خاصکر نفع بخش ہے اور ذیل کے طریقے مین لیا جاتا ہے +

اُس ٹب[1] مین جس کا ذکر اوپر کے غسل مین آگیا ہے ایک **اسٹول** یا لکڑی کی بیٹھک جیسی کہ مینڈھ بنائی ہے رکھدی جاتی ہے + تب اُس ٹب مین پانی ڈالا جاتا ہے مگر صرف اتنا **کہ بیٹھنے کی چیز کے اوپر کے کنارے کی برابر رہے اور اُسکی اوپر کی سطح خشک** رکھین + غسل کرنے والی (عورت) تب اُس تختہ پر بیٹھے اور ایک موٹا کپڑا (جوٹ کپڑا یا موٹا تولیا) پانی مین ڈبوکر بہت آہستگی کے ساتھ اس سے بچہ پیدا ہونے کے راستے کے مُنہ کو دہووے۔ ہمیشہ انگوچھے سے جسقدر زیادہ پانی اوٹھ سکے اوٹھاوین + یہ بہت ضروری ہے کہ اندام نہانی کے بیرونی لب۔ نہ کہ اندرونی حصے دہوئے جاوین۔ اور وے بھی سختی سے آگے پیچھے کو ملنے نہین چاہئین بلکہ نرمی اور آہستگی کے ساتھ جسقدر کہ پانی کپڑے مین آسکے اُس سے دہوئے جاوین + معلوم ہو کہ اس غسل مین بھی ٹانگین۔ پاؤن اور جسم کے اوپر کا حصہ خشک رہتا ہے + لیکن اگر جو تڑ بھیگ جاوین تو غسل کے اثر ہونے مین یہ کچھ حرج نہین ڈالتا۔ عورات کے ایام حیض مین یہ غسل بند کردینے چاہئین +

لیکن اجراے خون اعتدال سے زیادہ ہو تو اس ایام مین بھی لئے جاسکتے ہین۔ مگر صرف اُس حالت مین جبکہ کسی مریض کے لئے یہ خصوصًا تجویز کئے ہون + ایام حیض دو یا تین دن سے زیادہ نہین ہونے چاہئین۔ یا حد چار دن۔ اس سے زیادہ خون کے جاری رہنے سے معلوم ہوتا ہے کہ حالت اعتدال سے تجاوز کرگئی ہے اور مرض کی حالت ہوگئی ہے +

نوٹ[1] معمولی ٹب جو خوب کافی غرض ہذا کے لئے ہو اوسمین بیٹھ کر ہپ باتھ اور سٹزباتھ لے سکتے ہین +

اس **فریکشن** سٹز باتھ کے لیئے پانی اس درجہ کی حرارت کا ہونا چاہیئے جوکہ قدرت ہمکو دیتی ہے (۵۰ سے ۶۰ درجہ فہرن ہائٹ)[لہ] گو خاص حالتون مین پانی اس سے زیادہ حرارت کا بھی (۶۶ درجہ فہرن ہائٹ کے قریب تک) لیا جا سکتا ہے +

یہ غسل دس منٹ[لہ] سے ایک گھنٹہ تک بلحاظ عمر اور مریض کی حالت کے لیا جا سکتا ہے خصوصًا جاڑے کے موسم مین وہ کمرہ جسکے اندر یہ غسل لیا جاوے خوشگوار حد تک گرم رکھنا چاہیئے + اس فریکشن سٹز باتھ مین پانی جتنا کہ زیادہ سرد ہوگا اوسی قدر نفع زیادہ ہوگا۔ مگر پانی اس سے زیادہ سرد نہو جتنا سرد غسل کرنے والے کے ہاتھ سہ سکین + گرم ملکون مین اور منطقۂ حارہ مین اسقدر سرد پانی نہین ملسکتا جسقدر کہ اس ملک مین۔ لیکن اس قدر سرد جسقدر کہ دستیاب ہوتا ہے پانی استعمال کیا جا سکتا ہے + اور ایسی حالت مین کچھ اندیشہ نہین ہونا چاہیئے کہ غسل کا اثر کیا ہوگا۔ کیونکہ گرم ملکون مین پانی اور ہوا کی حرارت کی مناسبت قریب قریب وہی ہے جو یہان اس ملک کے پانی اور ہوا کی حرارت مین ہے۔ اس لئے اثر غسل کا دونون حالتون مین ایک ہی ہوگا + اس میری راے کی تائید ہر طرح سے ان رپورٹون سے ہوئی ہے جو کہ میرے پاس بے حد گرم ملکون سے آئی ہین +

جہانتک **ہپ باتھ** لینے کا برتن نہو تو کوئی نہانے کا ٹب اس **فریکشن سٹز باتھ** مین استعمال کیا جا سکتا ہے + یہ صرف اسقدر بڑا ہونا چاہیئے تاکہ ایک اسٹول یا کوئی دوسری آرام

[لہ] یہ ملک جرمن کے تازہ پانی کی حرارت ہے۔ ہندوستان مین خصوصًا ہمارے حصۂ ملک مین تازہ پانی کنوئین کا قریب قریب ۷۰ سے ۸۰ درجہ کا ہوتا ہی مگر اسکو کسی گھڑے مین رکھکر بہت سرد کر سکتے ہین +

[لہ] یہ اندازہ ایک غسل کا ہے اور دن رات مین کئی کئی غسل بلحاظ مرض اور مریض کے لئے جا سکتے ہین جیسا کہ اس کتاب مین آیندہ تمثیلون سے واضح ہوگا +

بیٹھنے کی چیز اسمین آسکے - اور کم سے کم پانچ چھ گیلن[1] پانی اوسمین اسٹول کے کنارے تک آجاوے + ان غسلوں مین اگر بہت تھوڑا پانی لیا جاوے تو وہ جلد گرم ہو جاتا ہے اور اسواسطے غسل کا اثر بھی کم ہوتا ہے ہلکا[2] اور خالص پانی بمقابلہ چشمہ کے پانی کے بہتر ہوتا ہے + لیکن جہان کہ صرف چشمہ کا ہی پانی دستیاب ہوسکے تو اسکو تھوڑی دیر رکھدینا چاہیے مگر اس امر کا لحاظ رہے کہ زیادہ گرم نہو جاوے +

قریب قریب شریف خاندان مین اسی کی مانند غسل ایک قسم کا ہوتی ہے پر محض بغرض پاکیزگی لئے جاتے ہین مگر اسقدر سرد پانی اوسمین استعمال نہین کیا جاتا نہ غسل اتنی دیر تک لیا جاتا ہے نہ اس طریقہ مین لیا جاتا ہے جیسا کہ مین بتلاتا ہون +

مردون[3] کے لئے بھی غسل اسی طور سے طیار کیا جاتا ہے اور عضو تناسل کے منہ کے اوپر کی[4]

---

[1] ایک گیلن پانی مین تخمیناً ۳ سیر ا چھٹانک وزن ہوتا ہے پانچ چھ گیلن کا تخمینہ ۱۸ تا ۲۲ سیر یا کچھ کم ہوا +

[2] انگریزی مین لفظ سافٹ واٹر آتا ہے یہ وہ پانی ہے جسمین کوئی معدنی اجزا یا زمین کے نمک شامل نہون - بارش کا پانی خالص حالت مین یا آب کشیدہ کو سافٹ واٹر کہتے ہین - چشمہ کے پانی سے مراد زمین مین بہتے ہوئے پانی سے ہے - بہتے ہوئے پانی مین چونکہ مٹی اور مختلف قسم کے ریزے ہوتے ہین غالباً اسلئے یون کہا گیا ہے کہ بہتے ہوئے پانی کو رکھدیا جاوے تاکہ وہ صاف ہو جاوے اور ریزے ہر قسم کے بیٹھ جاوین - وہ پانی جو کہ معمولاً پینے مین آتا ہے بہت عمدہ کام دیگا - اگر کسی جگہ پانی بالکل کھاری ہے اور وہی پیا بھی جاتا ہے تو وہ ضرور نفع دے گا لیکن شیرین پانی ہمیشہ کھاری پانی سے بہتر ہوتا ہے +

[3] اس غسل کے واسطے بجاے ٹب کے ایک مٹی کی ناند لیلی جاوے اور بیٹھنے کی چیز اسٹول یا مونڈھا یا چوکی جو اونچائی مین اوسکی برابر ہو ناند کی برابر رکھدیجاوے اور اسی ناند پر وغیرہ پر پیر لٹکا کر بیٹھکر غسل عضو تناسل کا بطریق مذکورہ کیا جاوے ایک مریض کی استعمالی ناند دوسرے مریض کے لئے استعمال نہین کرنی چاہیے اور اسکا پانی غسل کے لئے بدلا ہوا ہونا چاہیے - مناسب ہے کہ چند گھڑے اس غرض کے لئے اوس کے رکھے ہوئے تیار ہون تاکہ سرد پانی جسوقت ضرورت ہو سے دستیاب ہوسکے - ناند ایسی ہو کہ جسمین ۲۰ سیر پانی کم از کم آجاوے کیونکہ اسقدر پانی معمولاً اوقات ۲۰ لغایت ۴۰ منٹ تک کام دیسکتا ہے اگر پانی اس سے زیادہ ہو تو زیادہ دیر تک کام دیسکتا ہے - اس استعمال کئے ہوئے پانی کو درخت وغیرہ مین نہ دینا چاہیے کیونکہ ایسا کرنے سے اونکے خشک ہو جانے کا احتمال ہے +

[4] اس کھال سے مراد ہے جسکو اہل اسلام ختنہ کر دیتے ہین یعنی جو کہ پیشاب کے سوراخ کو معمولاً ڈھکا رہتی ہے انگریزی مین اس کو فورسکن اور ہندی مین کھلڑی کہتے ہین + +

کھال کے آخر کو یعنی آخر کنارہ کو سمرد پانی کے اندر دھویا جاتا ہے *غسل کرنیوالا اپنے
بائین ہاتھ کی بیچ کی اور انگوٹھے کے پاس کی اونگلی سے یا انگوٹھے اور اوسکے پاس کی
اونگلی سے ذکر کے منہ کو ڈھکنے والے چمڑے کو پکڑ کر ذکر کی سپاری کے سرے کے اوپر کو
جسقدر کہ ہو سکے لیجاوے تاکہ سپاری بالکل ڈھک جاوے اور رگڑ سے محفوظ رہے + پھر
وہ شخص ٹاٹ کے کپڑے یا سن کے کپڑے سے جو معمولی رومال کے برابر ہو دہنے ہاتھ مین پانی
کے اندر لیکر اُس اونگلیون مین پکڑی ہوئی کھال کو ملائمت کے ساتھ برابر دھوتا رہے +
ان ہدایات پر من وعن چلنا بہت ہی ضروری ہے + ہر شخص کو جس کو یقین کامل نہین کہ وہ طریقہ
مذکور کے موافق صحیح طور سے عمل کرنا سمجھے گا مین اُس کو مشورہ دیتا ہون کہ وہ خاص ہدایت
کے لئے مجھ سے رجوع کرے تاکہ بے فائدہ تکلیف اور تضیع اوقات (شاید اپنی
تندرستی مین یقیناً نقصان) سے بچ جاوے +
اُن مریضون مین جنکے جسم کے اندر کوئی مقام ورم کر آتا ہے یا کسی جگہ سڑن پیدا ہو گئی ہے
یا جبکہ مرض مزمن اور پوشیدہ مین ایک تبدیلی واقع ہو کر مرض حاد معلوم ہونے لگتا ہے تب
ورم اندرونی بہت جلد بسا اوقات اول ہی غسل کے بعد نیچے کو کھنچ آتا ہے اور اُس مقام مین
یا اوسکے قریب ظاہر ہوتا ہے جو مقام کہ دھونے مین رگڑا گیا ہے + یہ کسی طور پر بری علامت
نہین ہے + دوسرے حصہ کتاب ہذا مین سرطان پھوڑے کے بیان مین بھی اسکا
مفصل ذکر کرونگا + کوئی اندیشہ رگڑ کی وجہ سے سوزش پیدا ہونے مین نہین ہونا چاہیئے۔

ایک مسلمانون کے لئے دیکھو طریقہ جو باب ہذا کے اخیر مین صفحہ ۱۶۵ پر حرف الف کے نوٹ مین تحریر کیا ہے - نیز
دیگر تمام ہدایتین جو اس باب کے آخر مین مندرج کی گئی ہین ملاحظہ کرو +

نوٹ وہ کھال جو بائین ہاتھ کی اونگلیون مین پکڑی ہوئی ہے پانی کے اندر ہی اندر دھوئی جاوے گی + +

غسل برابر جاری رکھے جاوین اور اگر ضرورت سمجھی جاوے تو پہلے سے ذرا زیادہ ملایم کپڑا استعمال کیا جاوے + نشست کے تین انگل اوپر تک پانی رکھنے مین بہت سے مرضون مین فایدہ جلد تر حاصل ہوگا + ایسی حالتمین پانی ۶۳ درجہ سے ۶۷ درجہ فہرنہائٹ کی حرارت کا ہونا چاہیئے + تب چوتڑ تو پانی مین رہین گے۔ بقیہ طریقہ وہی ہے جیساکہ مذکور ہوا ہے +

بہت سے لوگون کی سمجہ مین یہ بات نہ آئی ہوگی کہ یہی خاص حصہ جسم کا جسکا ذکر ہوچکا ہے نکہ کوئی دوسرا حصہ کیون پسند کیا گیا ہے جسپر کہ ایسا غسل دیوین + لیکن واقعی کوئی دوسرا حصہ اس غرض کے لیئے ایسا موزون نہین ہے جیساکہ یہ + کسی دوسری جگہ مین اس قدر زیادہ اور ضروری باریک رگون کے سرے نہین ہین + خاصکر یہ اُن اعصاب کی شاخین ہین

نوٹ ۱ یعنی فریکشن سٹز باتھ اور خاص کھال کے دہوئے ہین +

نوٹ ۲ معمولی فریکشن سٹز باتھ مین پانی کی حرارت ۵۰ سے ۶۰ درجہ تک رکھی گئی ہے اور بعض حالتون مین ۶۶ درجہ بھی (دیکھو صفحہ ۱۵۵- اور اوسکے متعلق نوٹ) پس واضح ہو کہ ایسے غسلون مین جسمین کہ اسٹول کے اوپر تک پانی رکھا جاوے تو پانی ۶۳ درجہ کی حرارت سے کم نہو۔ تازہ ہو یا اُس سے کسی قدر سرد ہو۔ مگر بہت سرد نہو کیونکہ تازہ پانی کی حرارت ۶۳ درجہ کی حرارت سے کم نہین ہوتی۔ اس فریکشن سٹز باتھ کے لیئے گرم پانی کبھی نہین لیا جاوے +

نوٹ ۳ اعصاب ایک قسم کی رگین یا تار حیوانات کے جسم مین ہین جو کہ ریڑھ اور دماغ سے نکلکر تمام جسم مین پھیلتے ہین اور ایسے پھیلتے ہین کہ اونکا جال تمام جسم مین بچھا ہوا ہے۔ ان سے کوئی جگہ جسم کی خالی نہین ہے۔ انکے دو کام ہوتے ہین اور کام کے لحاظ سے انکی دو قسمین ہین۔ ایک وہ ہین جنکے ذریعے سے حس ہوتی ہے۔ اور دوسری وہ ہین کہ جنکے ذریعے سے حرکت ہوتی ہے۔ اگر کسی موقعہ سے انکا سلسلہ شکست ہوجاسے تو اوسکے بعد کے حصہ کو نہ حس ہوگی نہ حرکت ہوگی۔ اور انکی ہی خرابی کی وجہ سے اس قسم کے امراض ہوتے ہین جنمین کہ حس و حرکت معدوم ہوجاتی ہے۔ یہ دونون قسم کے اعصاب برابر اپنے مقام سے نکل کر تمام جسم مین پھیلتے ہین + + ۱۲

جو کہ ریڑھ سے نکلتی ہین نیز نروس سمپیتھائی کس کی۔ جو کہ بوجہ اسکے کہ اونکا سلسلہ دماغ سے ہے اس طریقہ عمل سے کُل نظام عصبی پر اثر ڈال سکتے ہین + یہ صرف اعضاے تناسل کے ہی مقام سے ہے جو کہ کُل نظام عصبی پر اثر ڈالا جاسکتا ہے + ایک معنی کرکے اس جگہ مین زندگی کے پورے درخت کی جڑ ہے + سرد پانی کے اندر دُھولنے سے نہ صرف بیجا اندرونی گرمی ہی کم ہوتی ہے بلکہ اعصاب مین بھی زیادہ

نوٹ ۱ سمپیتھٹک سسٹم یا آرگنک لائف کے نروز (اعصاب) یا جسکو گریٹ سمپیتھٹک نروز (عصب) بھی کہتے ہین در حقیقت مرکب ہے ایک قطار سے گلٹیون کی جو کہ کھوپری سے مقعد کی ہڈی تک دونون طرف پیٹھ کے مُہرون کے پھیلی ہوئی ہین اور تمامی اعضاے اندرونی اور انتڑیون کو شاخین پہونچاتی ہین کھوپری اور ریڑھ کی ہڈی سے گزر کر دے اور پٹھون سے مل جاتی ہین سواے چوتھے اور چھٹے پٹھون کے جسنے کہ کے وہی ریٹنس ساپنس کے پاس ارتباط ہوتا ہے اور اعصاب شمی اور نوری و سمعی کے ساتھ متصل انکی انتہا کے مل جاتے ہین۔ انھین سمپیتھٹک پٹھون کی شاخین ہمراہ اُن شرائین کے جو کہ اعضاے مختلف کو خون پہونچاتی ہین جاکر کچھ ایسا ایر پھیر کرتی ہین کہ جالون کی سی صورت بنجاتی ہے اور نام اونکا مطابق اُن شریانون کے ہوتا ہے جنکے ہمراہ وہ جاتے ہین + ان سمپیتھٹک گلٹیونکا شمار محققین یون کرتے ہین کہ سر مین ۵۔ گردن مین ۳۔ پیٹھ مین ۱۲۔ کمر مین ۴۔ سُرین مین ۴ یا ۵ ہر جانب۔ اور ہر ایک گلٹی بطور ایک علیحدہ مرکز کے ہے جسمین سے چارون طرف کو شاخین دوڑتی ہین اسطرح پر کہ (۱) اوپر کو جانیوالی شاخین جو کہ اوپر کی گلٹی سے ملحق ہوجاتی ہین (۲) نیچے کو آنیوالی شاخین جو کہ نیچے کی گلٹی سے ملجاتی ہین (۳) بیرونی شاخین جو کہ ریڑھ کے پٹھون کے ساتھ وصل ہوجاتی ہین (۴) درونی شاخین کہ طرف مقابل کے سمپیتھٹک ریشون سے جڑ جاتی ہین اور انتڑیون مین بھی پھیلتی ہین + افعال سمپیتھٹک سسٹم کے ایسے نامعلوم اور مخفی ہین کہ اونکا بیان بالتفصیل نہین کیا جاسکتا + بعض لوگون نے اس طرح پر کہا ہے کہ وہ ایک وسیلہ ہے کہ جس سے اثر حالات دلی کا افعال عضوی مین پہونچتا ہے خصوصًا بباعث اسکے کہ اس کو طاقت انتظام دینے شرائین کے مُنہ کی حاصل ہے جیسا کہ دھڑکے (ہول دلی) اور غشی اور شرم مین اور دفعتًا زیادہ ہونے آنسوؤن کے اور تھوک و رطوبت پستان مین جو بسبب خاص حالتون دل وغیرہ کے پیدا ہوتی ہین۔ اسکے سبب سے قوت نامیہ کو قوت حیوانی کے ساتھ علاقہ ہے اور اسی کے باعث ان دونون مین موافقت ہے۔"

(انتخاب از کتاب معین الجراحین مصنفہ ڈاکٹر فریڈرک۔ جان موٹ صاحب)

تازگی معلوم ہوتی ہے۔ گویا تمام جسم کی جان میں قوت دیدی گئی۔ یہانتک کہ چھوٹے سے چھوٹے حصہ میں بھی۔ اسمین مستثنیات بھی ملتے ہین جہان کہ سلسلہ رگون کا (اعصاب کا) شکست ہو گیا ہے۔ مثلاً عمل جراحی کی وجہ سے +

ہر ایک معقول شخص جو کہ عملی تجربہ کرنے کو نہین ڈرتا ہے اس بات کو تسلیم کرے گا کہ **فریکشن سٹز باتھ** اُس طریقہ سے جیسا کہ مین تجویز کرتا ہون جملہ امور کو جو کہ اعضائی جسمانی کے افعال کو درست کرنے کے لئے ضروری ہین پورا کرتا ہے +

یہ امر بھی قابل بیان ہے کہ **فریکشن سٹز باتھ** جو کہ ہزارون شخصون کو نفع بخش ہو چکا ہے **صرف اُنھین لوگون کے لئے رکھا گیا ہے جنکی تندرستی خراب ہے**[1] + ہر ایک شخص جو اس بات کو جانتا ہو کہ کیسے تکلیف دہ اور ناگوار اور مخش اعمال جراحی انسان کے جسم پر ماہران فن جراحی کے ہاتھون سے کئے جاتے ہین وہ اس سادے لیکن یقینی دافع امراض **فریکشن سٹز باتھ** کو بے تعصبی کی نگاہ سے دیکھے گا + اس موقع پر جہان معاملہ تکلیف انسانی کے دور کرنیکا ہے بیجا **شرم نہین ہونی چاہئے** پورے پورے تندرست آدمیون پر **فریکشن سٹز باتھ** کا کچھ اثر نہین ہوتا اور اُنکے لئے اس غسل کے لینے کی ہدایت بھی نہین کیجاتی ہے + ایسے لوگون کو یہ عمل تھکانیوالا معلوم ہوگا اور بیمار آدمی اکثر اسکو ضرورت سے زیادہ کرینگے + نیچر مین جو لگاتار کوششین برابری پر پہنچنے کی[2] پائی جاتی ہین اونکی طرف بھی توجہ

نوٹ[1] پورے تندرست شخص کی پہچان کے لئے دیکھو صفحات ۱۳ لغایت ۱۹ +

نوٹ[2] مثلاً ایک گرم چیز کسی سرد چیز کے پاس رکھی ہے تو دونون مین ایسی کشش ہوتی ہے کہ دونون کی حرارت ایک ہی ہو جاوے۔ پس اگر وہ کافی دیر تک پاس رکھی رہین تو دونون کی گرمی برابر ہو جاویگی یعنی ایک کی سردی کم ہوگی اور دوسری کی گرمی کم ہو کر دونون برابر ہو جائے گی۔ یہ قانون قدرت یہانتک پایا جاتا ہے کہ اگر ایک عالم اور ایک جاہل پاس پاس رہتے ہون تو ایک کی نزدیکی کا اثر دوسرے پر ضرور پڑیگا۔ جاہل کی کوشش عالم سے فائدہ اوٹھانیکی اور عالم کی کوشش اسکو اپنا علم دینے کی ہوگی۔ کوشش ضرور ہوگی خواہ اوسمین کامیابی ہو یا نہو +

ولانا ضروری ہے + یہ کوششین بے جان مادّہ کے متعلق کارروائیون مین ہی صَرف
نہین ہوتین - جیساکہ اکثر[۱] غلطی سے خیال کرلیا جاتا ہے ۔ ویسے اُس متواتر کمی وبیشی مین بھی جو
حرارت جسم انسانی مین بلحاظ اوسکے چارون طرف کی چیزون کے ہوتی ہے ۔ پائی جاتی ہین +
اندر سے باہر کی جانب اور باہر سے اندر کی جانب ایک تبدیلی حرارت مین ہوا کرتی ہے جس کو
بجلی کی روانی یا لہر بتلانا غلطی نہین ہے + اور جیسے کہ ایک مادی لہر مین ویسے ہی اسمین بھی
کچھ زور ضرور ہوگا + اب جیسے جیسے یہ بڑھتی جاتی ہے مثلاً ایک جسم مین جسکو بخار ہے ۔ ویسے ہی
اُس شخص کی حالت ناقابل برداشت ہوتی جاتی ہے اور ویسے ہی مرض کی علامت بھی سخت تر
ہوتی جاتی ہے + جیسے کہ خاک کا طوفان حبس اور بے چینی لئے ہوتا ہے اسی طور پر انسان
کے جسم مین مادہ فاسد کی موجودگی اثر رکھتی ہے ۔ اس موقع پر حالت مساوات کے پیدا کردینے
سے بہتر کیا اور کوئی دیگر حالت زیادہ قابلِ قدر اور زیادہ ترین عقل ہوسکتی ہے ؟
زیادہ درجہ کی حرارت کم درجہ کی گرمی سے ملکر برابر ہو جانی چاہیئے اور اعتدال[۲] سے زیادہ
حرارت کو اعتدال پر لانا چاہیئے اور وہ پُل[۳] جو اس مقصد تک پہونچاتا ہی میرے علاج کرنیکے

---

۱ مطلب ہے کہ غلطی سے اکثر ایسا خیال کرلیا جاتا ہے کہ یہ کوششین بے جان مادہ کے متعلق کارروائیون مین ہی صرف ہوا کرتی ہین +

۲ ہر تندرست آدمی کے جسم کی حرارت کا ایک درجہ مقررہ ہے اسکو نارمل کہتے ہین - جب حرارت اس سے تجاوز کریگی وہی بخار ہے اس حرارت کا گھٹا کر نارمل اعتدال پر لانا ہی بخار کا دفع کرنا ہے +

۳ تشبیہ ایک پُل سے دیگئی ہے جیسے کہ پُل انسان کو دریا یا سمندر کے پار بآسانی پہونچاتا ہے اسی طرح سے فریکشن باتھ مع دیگر عناصرون کے انسان کو بیماری کے سمندر یا دریا کے پار بحفاظت پہونچنے کا ذریعہ ہے مگر جیسے کہ اگلی چند سطرون سے واضح ہوگا یہ ضرور ہے کہ جسم مین اصلی جان اسقدر رہ گئی ہو کہ اس کنارے سے اُس کنارے تک پہونچنے کی مُہلت دے + انگریزی مین لفظ وائی ٹیلیٹی ہے یعنی وہ اندرونی قوت جو زندگی قایم رکھنے کے لئے ضروری ہے +

دیگر طریقون کے ساتھ ملکر فریکشن سٹز باتھ ہے - جو فریکشن باتھ کہ ان مختلف ہوئے جنکا بیان اوپر ہو چکا ہی بیشک صرف ٹھنڈے پانی مین لینا چاہیئے + ان غسلون کا عمل انوکھا ہے اور بیشمار حالتون مین مجرب ہے + اگر کسی حالت مین نتیجہ حسب دلخواہ حاصل نہو تو یہ اسی وجہ سے ہوگا کہ جسم سے اصلی طاقت زندگی جاتی رہتی ہے +

اگر جسم کے اندر مادہ فاسد بھرا ہوا ہے جسکی کہ مشابہت زنگ خوردہ مشین سے دی جا سکتی ہے تو بگڑی ہوئی قوت ہاضمہ اس قابل نہ ہوگی کہ معمولی مقدار غذا سے آیندہ اسقدر قوت پہونچا وے جو کہ انسان کو اوسکی پہلی حالت قایم رکھنے کے لیئے کافی ہو + بمقابلہ پیشتر کے زیادہ مقدار غذا کی ضرورت ہونے لگتی ہے اور معمولاً خاصکر محرک غذا کی تاکہ وہ شخص کاروبار کرنے کی حالت مین رہے - مگر ایسے موقع پر ہضم کرنے کی قوتین قدرتاً دمبدم گھٹتی جاوینگی + اگر ہم پھر جسم کی قوت زندگی کا بڑھانا چاہین تو ہم کسی ایسے وسائل کی مدد سے کر سکتے ہین جو ہاضمہ کو ترقی دیوین + سب سے اچھے طریقے جو مجھے معلوم ہین وے قدرتی غذا اور اسی کے ساتھ ٹھنڈک پہنچانے والے یہ غسل ہین + وے خراب سے خراب ہاضمہ کو (اسوقت تک جب تک کہ وہ درست ہونے کے قابل ہے) بمقابلہ کسی دوسرے علاج کے جلد تر درست کرتے ہین - اور مزید بران قدرتی طریقہ مین اثر کرتے ہین + علاوہ اسکے یہ غسل بخار کی حرارت کو جو مادہ فاسد کی رگڑ سے پیدا ہوتی ہے گھٹا کر درجہ اعتدال پر لاتے ہین جس سے کہ مرض کا آیندہ کو بڑھنا رک جاتا ہے + کاروبار روزانہ سے ایک مثال لیتے ہین مثلاً اگر ہم چاہین کہ اس بھاپ کو جو ایک کمرہ کے اندر کھتے ہوے پانی سے نکل رہی ہے پھر اوسکی اصل شکل مین یعنی پانی کی شکل مین لا دین تو طریقہ صرف یہ ہوگا کہ گرمی کو کم کردین یہی کیفیت مادہ فاسد کی یعنی ہرایک[1] مرض کی ہے + مرض جسم مین حرارت

[1] کیونکہ شروع مین ہی صفحہ ۲۵ پر مادہ فاسد کی جسم مین موجودگی کو ہی مرض بتلایا گیا ہے +

بڑھ جانے سے پیدا ہوتا ہے اور اگر برعکس حالت پیدا کر دی جائے تو وہ دور بھی
ہو سکتا ہے یعنی لگاتار ٹھنڈک پہونچانے اور اندرونی حرارت کے جو حد سے
زیادہ بڑھ گئی ہے کم کرنے سے +

لیکن ٹھیک ٹھیک جیسے کہ ایک مشین (کسی قسم کی کل) ایک ہی جگہ سے
جیسا کہ چاہیں آہستہ اور تیز چلائی جا سکتی ہے ویسی ہی کیفیت انسان کے جسم کی ہے
قوت زندگی پر ایک ہی مقام سے ٹھیک طور سے اثر ڈالا جا سکتا ہے یعنی وہ مقام
کہ جو مین نے **فرنکشن** سٹز باتھ کرنے کے لئے پسند کیا ہے +

اس بیان کے بعد سب کو صاف معلوم ہو جاوے گا کہ مین کس طور سے امراض
چشم و گوش کا اسی طریقہ سے کامیابی کے ساتھ علاج کرتا ہون (**بیشک ہر مریض
کے حالات کے موافق تجویز کر کے**) جس سے کہ مین دوسری بیماریون کو یعنی چیچک
اسکارلیٹ فیور[ا] ہیضہ وغیرہ کو آرام کرتا ہون + اصلی قوت کل جسم کی بڑھا دیجاتی ہے
اور اوسکے ساتھ یہ ممکن نہین کہ ایک حصہ جسم مین بمقابلہ دوسرے کے زیادہ تیزی آجاوے
بجز اس صورت کے جیسا کہ اوپر ذکر کیا گیا ہے کہ جہان سلسلہ اعصاب کا شکست
ہو گیا ہو + اکثر لوگ اس بات کو نہین جانتے کہ اصلی طاقت کا بڑھنا کس طور سے ظاہر ہوتا ہے
اور اکثر اوقات مریض کی امید کے بالکل برعکس ظہور مین آتا ہے + مثلاً ایسا واقع ہو سکتا ہے
کہ تمباکو پینے والے اس قسم کے غسلون کے لینے کے بعد تمباکو کو زیادہ استعمال نہین کر سکتے ہین
اور پس و پیش سے خیال کرنے لگتے ہین کہ اونکے معدے کمزور ہو گئے۔ حالانکہ اصلیت برخلاف اسکے ہے +

ا ایک قسم کا بخار ہے جو چیچک کے بخار کے مشابہ ہے مگر اس سے زیادہ سخت ہے مفصل بیان صفحہ ۵۶ پر آیا ہے +

اولاً اونکے معدے ہتبا کو کسی زہریلے جزو کا مقابلہ کرنے کے لئے بہت کمزور تھے مگر اب پھر انہین کافی قوت آگئی کہ اس سے زہر کا مقابلہ کرین + جس حالت مین کہ اعصاب اُن غذاون کے ذریعے سے قوت حاصل کرنے کی قابلیت رکھتے ہین جسم یا ہیئت ایسی طاقت آجاویگی کہ قدرتی آلات اخراج مواد - مادہ فاسد کو جو جسم مین جمع ہوگیا ہے خارج کردیوین +

فریکیشن سٹزباتھ کے علاوہ شکم (پیڑو پیٹ) کے اوپر مٹی (**گیلی حالت مین چکنی مٹی یا پنڈول**) کی بندش بیرونی حرارت کے گھٹانے اور مادۂ فاسد کے اکھاڑنے کے لئے بہت ہی مفید ہوگی + ایسی بندش بیرونی چوٹ اور زخمون کو بھی بہت ہی نفع بخشنے والی ہے +

کسی شخص کو یہ خیال نہین کرنا چاہیئے کہ یہ علاج کے طریقے (جو کہ ہر شخص کے حالات کے موافق تجویز کیے جاتے ہین) ہر مریض کو ضرور ہی شفائے کلّی پہنچادینگے + جیسا کہ مین پیشتر ذکر کرچکا ہون مین ہر **مرض** کو آرام کرسکتا ہون نہ کہ **ہر مریض کو** + کیونکہ بعض مریض ہین کہ **اصلی قوت ہضم** اور **پس ہضم کرنے کی قوت ٹوٹ چکی ہے** اُس کو ان طریقہائے علاج سے نفع بیشک ایسا ہوگا جو درحقیقت کسی دوسرے علاج سے نہین ہوگا - لیکن ایسے مریض کو وہ **شفائے کلّی نہین دے سکتے** +

بعض حالتین ایسی بھی سخت ہوتی ہین کہ جنہین میرے غسل بہت اعتدال کے ساتھ لینے چاہیئین اور جنہین کہ اکثر اوقات چندروز کے واسطے بند بھی کردینے چاہیئین + ایسی سخت حالتون مین ان ہدایات کی ہی بنا پر بلا اس کے کہ میرے طریق علاج سے

پوری واقفیت حاصل کریں۔ مریضوں کے لئے خود ہی علاج کرنے لگنا نامناسب ہوگا۔ ایسی حالتوں میں بہتر ہے کہ بذریعہ تحریر کے مجھسے استصواب کریں تاکہ کوئی برے نتائج اس طریقہ سے علاج کرنے میں پیدا ہوں +

نوٹ (الف) متعلق صفحہ ۱۵۷۔ یہاں یہ سوال پیدا ہوتا ہے کہ مسلمان لوگ یا اور لوگ جنکی یہ خاص کھال کاٹ دیجاتی ہے کس طور سے اس فریکشن سٹز باتھ کو کر سکتے ہیں۔ اس سوال کو مینے ڈاکٹر کیوہنی صاحب موجد اس عمل کو جو ملک جرمنی میں رہتے ہیں تحریر کیا۔ انھوں نے اسکے جواب میں مجھے لکھا کہ:۔
"مسلمان مریض لوگوں کو جنکے آلہ تناسل کے منہ کو ڈھکنے والی کھال موجود نہیں ہوتی۔ چاہیئے کہ اوس مقام کو جو ٹانگوں اور فوطوں کے درمیان واقع ہے تولیاسے ملیں۔ نیز کمر کے نیچے کے حصہ کو + پانی تین انگل لکڑی کی نشست کے اوپر تک رکھنا چاہیئے +" یعنی اوس مقام کو جو مقعد اور فوطوں کے درمیان واقع ہے نیز جنگاسوں کو۔ اور کمر کے نیچے کے حصہ کو ٹب کے اندر تین انگل نشست کے اوپر تک پانی رکھکر آسمن بیٹھکر تولیاسے ملیں + یعنی صرف چوتڑ تین انگل بھیگیں گے۔ باقی اوپر کا جسم اور ٹانگیں بالکل خشک رہیںگی + پانی جسقدر کہ قدرتاً سرد مل سکتا ہے ہونا چاہیئے مگر ۶۳ درجہ فہرن ہائیٹ سے زیادہ سرد پانی نہ لیا جاوے۔

عام ہدایت فریکشن سٹز باتھ میں ایک اور ضروری ہے جو کہ ڈاکٹر صاحب موصوف سے دریافت کرنے پر معلوم ہوئی وہ یہ کہ اس غسل کے کرتے وقت کپڑے بالکل جسم سے اتار دیئے جاویں۔ یہ غسل کمرہ کے اندر ہونا چاہئیے خصوصاً موسم سرما میں یا سردی کے وقت یا سرد جگہوں میں کمرہ بمقابلہ باہر کی ہوا کے گرم رکھنا چاہیئے جو کہ انگیٹھی وغیرہ کے ذریعے سے ہو سکتا ہے مگر احتیاط رہے کہ کوئلوں کا زہر کمرے میں نہ پھیلنے پاوے اوسکے لئے مناسب ہے کہ انگیٹھی باہر سلگا کر جبکہ انگارے خوب دہک جاویں تب اندر لیجاویں اور پھر بھی اس مکان میں کچھ ہوا کی آمد و رفت کا موقع رہے

ہپ باتھ اور **فریکشن سٹز باتھ** دونوں کے بعد اگر مریض قوی ہے تو کھلے ہوئے میدان میں ٹہلے یا اور کام محنت کا ۲۰-۳۰ منٹ تک کرے۔ اگر مریض کمزور ہے تو کمبل اوڑھکر لیٹ جاوے جب تک کہ گرمی کافی نہ آجاوے۔ مگر منہ کھلا رہے یعنی کمبل سے ڈھکا نہ جاوے۔ محنت جسمانی یا چہل قدمی اسقدر زیادہ نہ کری جاوے کہ جس سے تھکان ہو جاوے +

مترجم

ہم کیا کھائیں؟ ہم کیا پئیں؟ عمل ہاضمہ

فزیکش سٹیز باتھ اور اصل زندگی انسانی کے بارہ مین جو تشریحات تحریر ہو چکی ہین اُن سے یہ ثابت ہوا ہے کہ بیماری غذائے نامناسب ہی کا نتیجہ ہوتی ہے۔ ہاضمہ کی خرابی ہی سے مادہ فاسد (فارن میٹر) پیدا ہو سکتا ہے اور جسم مین بیماری بڑھتی ہے + لہذا ہمارے واسطے یہ سوالات نہایت ہی ضروری ہین کہ ہم کیا کھائین؟ اور ہم کیا پئین؟"

یہ بخوبی معلوم ہے کہ برقی قوت خواہ مستقل برقی روانی (یعنی بجلی کی مسلسل دھار) پیدا کرنے کے واسطے بعض خاص مفرد اشیاء درکار ہوتی ہین + ایک تیزاب کی ہی مدد سے یہ بات حاصل ہے کہ کاربن[1] اور جست کی تختیون کے تبدیل ترکیب خواہ علیحدگی اجزائے ترکیبی کی وجہ سے ہم اُس قوت کو نکالتے ہین جو پہلے اُن تختیون کو اصلی ساخت کی حالت مین قایم رکھنے کے لئے ضروری تھی + پھر یہی قوت بذریعہ تارون کے بنام مثبت[2] اور منفی[3]۔ برقی روانی لیجاتی ہے تاکہ بطور برق استعمال مین آوے + لیکن

[1] کاربن یہ ایک شی مفرد ہے جسکی تمثیل مین خالص کوئلہ پیش کیا جا سکتا ہی +

[2] و [3] بجلی کے متعلق رسالون مین تاربرقی کی بجلی کے بنانیکی ترکیب معلوم کیجا سکتی ہے۔ بجلی کی مستقل لہر دو دھاتون کے تیزاب مین ڈالنے سے پیدا ہوتی ہے۔ مختلف اشیاء پر تیزاب کا اثر مختلف ہی ہوتا ہے یعنی کم و بیش ہوتا ہے۔ جب دو دھاتون کو تیزاب مین ڈالین تو جس دھات سے کہ زیادہ بجلی پیدا ہو اسکی بجلی کو مثبت قسم کی اور جس دھات سے کم بجلی پیدا ہو گی اوسکی بجلی کو منفی قسم کی بجلی کہین گے۔ اگر جست اور تانبے کی تختیون کو پانی ملے ہوتے تیزاب گندھک مین ڈالین تو جست سے منفی اور تانبے سے مثبت قسم کی بجلی پیدا ہو گی۔ ایسے ہی جست اور کاربن کی حالت مین۔ کاربن سے مثبت قسم کی اور جست سے منفی قسم کی +

اگر بجاے ان اشیاے مفرد کے (یعنی جست و کاربن یعنی خاص کوئلہ کے) اشیای دیگر جو اُن سے ملتی ہین۔ یا مثل اونکے اجزاے ترکیبی رکھتی ہین۔ یا خود وہی اشیا جو بہ تبدیل شکل مثلاً سفوف کی صورت مین استعمال مین کیجاتین تو فوراً فرق معلوم ہوجاوے گا+ ان صورتون مین کیا تو برقی قوت بالکل پیدا نہو گی یا اُس مین تغیر عظیم اور کمی پائی جاوے گی باوجودیکہ دیگر حالات بجنسہ ویسے ہی رہے ہون جیسے کہ جست اور کاربن کی تختیون کے وقت تھے۔ جسم انسانی مین قوت زیست کے پیدا کرنے کی بھی یہی کیفیت ہے+ یہان بھی کم یا زیادہ قوت زیست کی ترقی کا دارمدار اشیاے مفرد یعنی غذا کے صحیح انتخاب پر ہے+ ہوا کے بارہ مین جو ہماری خاص غذا ہے یہ بات صاف دیکھی جاوے گی اور معلوم ہوجاوے گی+ اگر ہم چند ہی لحظون کے لئے کسی شخص کو معمولی ہوا سے جدا کرین اور دوسری قسم کی ہوا (گیس) کے اندر چھوڑ دیوین تو معلوم ہوجاوے گا کہ نئی شئی مفرد اوس کی قوت زیست کی قایمی مین اوس کی مدد نہ کر سکی۔ لہذا وہ چند لحظہ مین مر گیا+

غذاے نامناسب کے مضر اثر سریع اور بہت نمایان نہین ہوتے بلکہ دیر مین ظاہر ہوتے ہین+ قدرتی غذا اور زہر مہلک مین حد دراز واقع ہے+ مگر قدرتی اور غیر قدرتی غذا مین اکثر اوقات اتنا کم فرق ہوتا ہے کہ اول تمیز اوسکی مشکل ہوسکتی ہے+ لیکن چونکہ یہ معلوم ہے کہ مادہ فاسدہ کا پیدا ہونا محض نامناسب غذا کا نتیجہ ہوتا ہے۔ یعنی جسم مین صرف ہاضمہ کی خرابی کی وجہ سے یہ پیدا ہوتا ہے ایسی نامناسب غذا سے پرہیز کرنا اور ہاضمہ کی خرابی کا انسداد ہمارا فرض ہے+

نامناسب غذا اور خرابی ہاضمہ کے اس مسئلہ کو سمجھانے کی غرض سے چند تمثیلات

جو روز مرہ تجربہ مین آتی ہین تحریر کی جاتی ہین + بعض ایسے فربہ اور لحیم اشخاص ہمیں
ملتے ہین جو اپنے خورو نوش کی قلت کا یقین دلاتے ہین اور شکایت کرتے ہین کہ باوصف
اس قلت کے وے برابر فربہ ہوتے ہین + ایسے اشخاص مین یہ فربہی در اصل زیادتی غذا کے
سبب سے ہوتی ہے + بعض دیگر اشخاص لاغر و افسردہ ہین گو وے اپنی دانست مین نہایت
مقوی اشیاسے اکل و شرب غیر معمولی افراط سے تناول کرتے ہین + مقدار خورش کے اندازہ
سے ایسے اشخاص کو بالکل برخلاف حالت مین ہونا چاہیئے تھا + جسم مین ہو کر غذا گذرتی
تو ہے مگر جسم کو اُس سے کچھ نفع نہین پہونچتا + خوراک کا حصہ کثیر بلا کام مین آئے ہوئے
باہر نکل جاتا ہے۔ یا کم سے کم اُس کا پورا نفع نہین حاصل کیا جاتا ہے + یہ مثال اس امر کی
تصدیق کرتی ہے کہ ظاہرا محض خوردنی اور نوشیدنی اشیا کا جسم مین ہو کر نکل جانا
کچھ بھی ثبوت ہاضمہ صحیح کا نہین ہے۔ افسوس کہ بہت سے لوگ ایسا[1] خیال
کرتے ہین +

اس طرح دو مخالف گروہ انسانون مین پائے جاتے ہین + ایک سے یہ ثابت
ہوتا ہے کہ خورو نوش کی کمی مقدار کے باعث ایک انسان فربہ ہو جاتا ہے اور دوسرے
سے یہ ثابت ہوتا ہے کہ خورو نوش کی کثرت کے سبب دوسرا انسان لاغر ہو جاتا ہے +
ظاہری اختلاف کے باوجود بھی دونون صورتون مین بیماری کا سبب ایک ہی ہے
یعنی غذاے نامناسب اور خرابی ہاضمہ + اس تمہید کے بعد یہ بات بآسانی سمجھ مین
آسکتی ہے کہ مثلاً ایک تپ دق کا مریض اپنے خیال کے موافق نہایت مقوی اور مفید

[1] یعنی کہ غذا کا جسم سے ہو کر نکل جانا ہی صحیح ہاضمہ خیال کرتے ہین +

غذا کھاتا ہے اور اسکا جسم کیونکر اسکا نفع قطعاً حاصل نہیں کرتا - برخلاف اسکے اس بات پر ہمکو کبھی تعجب نہیں ہوگا کہ نظیف تندرست اور مضبوط - مگر مراقی (نروس) انسان کو اشتہا (بھوک) نہیں ہوتی +

ان تشریحات کے بعد اور باب ماقبل کے بیانات متعلق بہ قوت زیست کے یاد رکھنے کے بعد یہ مشکل نہیں ہے کہ زیادتی غذا سے بچاؤ کی راہ معلوم کی جاوے +

ناظرین فہیم کو بیشک اب ہی یہ یقین ہوگیا ہوگا کہ اکل و شرب کی اشیا مین لحم و بیضہ و ماء اللحم و شراب انگور و شراب جو و کوکو و قہوہ و چاء وغیرہ نہایت قوت بخش اور نہایت مناسب غذائین نہین ہین بلکہ جلد اور بآسانی ہضم ہونے والی غذائین ہی نہایت قوت بخش اور مناسب ہین + جتنا جلد ہمارا جسم اُس غذا کو جو اوسے ملے ہضم کرسکے اتنا ہی زیادہ نفع اُس کو اُس غذا سے حاصل ہوگا - اور اوتنی ہی زیادہ قوت زیست وہ پیدا کرسکے گا + پس کھائی ہوئی غذا کے زود ہضم ہونے پر قوت زیست کی کمی و بیشی کا مدار ہے +

جس قدر کوئی غذا دیر ہضم (مشکل الہضم) ہوتی ہے جسم کو اوسی قدر زیادہ وقت عمل ہاضمہ مین لگتا ہے + لہذا اگر ہم ایسی غذائین کھائین تو ہمکو (اگر صحت جسمانی مین خلل ڈالنا نہین چاہتے) ضرور کم سے کم اتنا کرنا ہوگا کہ جب تک اول کھایا ہوا ٹھیک طور سے ہضم نہ ہو جاے - دوسری بار کھانے سے باز رہین + بدقسمتی سے ایسا کم کیا جاتا ہے - بالخصوص چونکہ ہمارے روزمرہ کے عادات اس ظاہری فاقہ کے مخالف ہین + روزہ کی اصلی غرض پس ہم کو فی الحقیقت آج کل معلوم نہین ہے +

انسان عام طور سے قدرت کے مقرر کئے ہوئے روزون[1] کی مطلق پرواہ نہین کرتا بلکہ خلاف اسکے وہ (ہم دیکھتے ہین) موسم سرما مین (جسمین بمقابلہ موسم گرما کے عام طور پر وقت زیادہ ملتا ہے) بمقابلہ گرما کے زیادہ کثرت سے اور زیادہ مرتبہ کھانا کھاتا ہے + تقریباً ہر جگہ یہ خیال غلط مروج پایا جاتا ہے کہ موسم سرما مین سردی کے مقابلہ کی قوت حاصل کرنے کی غرض سے انسان کو شکم خوب پُر کرنا اور روغن بافراط کھانا چاہیئے + لیکن یہ بات قدرتی قوانین کے بالکل برخلاف ہے + بارہا مین نے موسم سرما مین کثرت اکل وشرب کی مضرتین ظاہر کی ہین + نیچر (خلقت) مین ہر جگہ فاقہ کا ایک مقررہ زمانہ پایا جاتا ہے + یہ دیکھا گیا ہے کہ ایک مرتبہ پوری خوراک کھانے کے بعد سانپ اکثر ہفتون تک غذا ناغہ کرتے ہین + یہ بھی تجربہ مین آیا ہے کہ ہرن اور خرگوش ہفتون اور مہینون تک بہت کم مقدار خوراک پر بسر کرتے ہین اور پھر بھی سرما کے کل شدائد کو برداشت کرتے ہین + اگر ان حیوانات کو اوتنی خوراک کے حصول کا موقع[2] ہوتا جتنی کہ گرمیون مین اونکو ملتی ہے تو وے بلاشک بیمار ہوجاتے اور جاڑے کی سردی برداشت نکرسکتے + جیساکہ ہمکو معلوم ہے کہ سردی سنخ یا خمیر اوٹھنے کو روکتی ہے لہذا ہضم غذا مین مانع ہے + جسقدر خوراک گرمیون مین بآسانی ہضم ہوجاتی ہے جاڑون مین بہت زیادہ مشکل سے ہضم ہوتی ہے + یہی سبب ہے کہ پلاؤ جانور جنکو اکثر طویلہ اور گھر کے اندر چارہ کھلایا جاتا ہے اور جو تقریباً ہمیشہ زیادتی خوراک سے بیمار رہوتے ہین کھلے میدان مین جاڑے کی سختی کو برداشت

[1] یعنی فاقون کی جنکو ہندی مین برت کہتے ہین +
[2] یعنی موسم سرما مین اوسیقدر خوراک کے حصول کا موقع ہوتا جسقدر کہ اونکو موسم گرما مین ملتی ہے +

نہین کرسکتے + اور قدرتی حالت مین رہنے والے جانور سخت ترین طوفان باد وباران خواہ برف کو جھیل سکتے ہین + اس کا سبب یہ ہے کہ جنگلی حالت مین جانورون مین جسمانی قوت برداشت[1] ہوتی ہے جس کی طرف ان دنون (افسوس کی بات ہے) توجہ بہت کم کیجاتی ہے +

ان تشریحات سے اب یہ صاف ظاہر ہوگیا کہ ایک قسم کی زیادتی خوراک سے ہی بیماری پیدا ہوتی ہے + لہذا یہ یقین ہمارے دلون مین قدرتی طور سے ہوتا ہے کہ یہ باتین **کہ کیا ہم کھائین اور کسی شئے کو اوسکی کس حالت مین ہم کھائین۔ اور کیسے مقام مین ہم کھائین** لاپروائی کے لایق نہین ہین +

اس مضمون کو اور بھی صاف کرنیکی غرض سے ہم چند مثالین پھر پیش کرتے ہین +

اگر جوش کیا ہوا پانی ہم نوش کرین تو وہ بدمزہ اور ناگوار معلوم ہوتا ہے + برعکس اس کے تازہ پانی کا گھونٹ (جرعہ) کتنا خوشگوار ہوتا ہے + سیب کس قدر قوت بخش ہوتا ہے + یہ ہی حال ہوا کا ہے۔ معمولی مکان کے اندر کی بند اور مستعمل ہوا دم گھوٹنے والی۔ اور رگ و پٹھون کو سست اور ڈھیلا کرنے والی اور اکثر دون کو درد سر پیدا کرنیوالی ہوتی ہے + بالخصوص جب کہ مکان تنگ یا چھوٹا ہو اور بہت اشخاص اوس مین بیٹھے ہون + ایسی حالت مین انسان کتنا آرزومند باہر کی فرحت بخش اور جان تازہ کرنے والی ہوا کا ہوتا ہے +

اور اسی کی برابر ضروری یہ امر ہے کہ کس مقام مین ہم اپنی غذا نوش کرین +

---

[1] یعنی تکالیف سہنے کی طاقت رکھتے ہین +

کشادہ میدان۔ یا کھلی ہوئی ہوا مین ہم جو کھائین وہ ہمیشہ بمقابلہ اوسکے جو کہ مکان کے اندر کھایا جاتا ہے زیادہ آسانی سے ہضم ہوجاتا ہے۔ سبب یہ ہے کہ چبانے مین غذا کے ساتھ ہوا بھی شامل ہوجاتی ہے اور بمقابلہ مکان کے اندر کی خراب ہوا کے۔ تازہ ہوا غذا کے ہضم ہونے کی قابلیت پر بالکل مختلف اثر رکھتی ہے +

جیساکہ پہلے ذکر ہوا ہے غذائین جو نہایت سریع الہضم ہین وہ واقعی جسم کی پرورش کے لئے بہت موزون و مناسب ہین۔ اور وہ نیوٹریشن یعنی زیادتی غذا بھی بہت کم واقع ہوگی جب غذا آسانی سے ہضم ہوجائے گی + لہذا ہمارا اول کام یہ تجویز کرنا ہی کہ کونسی غذائین نہایت ہی سریع الہضم ہین۔ یعنی ہمکو سب سے زیادہ قوتِ زیست دیتی ہین + اس سب سے زیادہ ضروری اور نزاعی (جھگڑے کے) سوال کا جواب جتنا قدرتی اُتنا ہی صاف ہے اور ذیل کے جملون مین دیا جاتا ہے +

ایسی غذائین۔ جو اپنی قدرتی (اصلی) حالت مین خوش ذائقہ ہوتی ہین اور جو ہم کو اونکے کھانے کی طرف رغبت دلاتی ہین ہمیشہ وہ ہوتی ہین جو کہ بہت ہی زُود ہضم ہین اور جو کہ قوتِ زیست ہمکو بہت ہی زیادہ بخشتی ہین +

جملہ غذائین جنکو ہم پکاکر۔ دودھ ڈالکر۔ مصالح لگاکر۔ نمک لگاکر۔ سرکہ یا آب نمک مین ڈالکر طیار کرتے ہین کم قابلِ ہضم ہوجاتی ہین۔ اور قوتِ زیست بخشنے مین اصلی حالت والی غذاؤن سے بہت کم مفید ہوتی ہین گو کہ یہ طریقے طیار کرنے کے غذاؤن کے دیر تک ٹھیرنے مین مدد دیوین +

پکائے ہوئے اور طیار کئے ہوے کھانون مین وہ کھانے نہایت زُود ہضم ہین جو بہت سادہ طور سے پکاتے یا طیار کئے جاتے ہین۔ اور

جنمین نمک اور مصالحہ جات کم لگائے جاتے ہین +

رقیق حالت والی غذائین مثلاً شوربے اور خوشبو دار طیار کی ہوئی پینے کی اشیاء مثلاً شراب جو۔ شراب انگور۔ کوکو وغیرہ بمقابلہ اُن اشیا کے زیادہ مشکل سے ہضم ہونے والی ہین جو اپنی اصلی حالت مین منجمد اور چبائے جانیکے قابل ہین + اسی وجہ سے رقیق غذا کا مسلسل استعمال شکم کی درازی اور ہضم مین خلل پیدا کرتا ہے +

وہ غذائین جو اپنی اصلی حالت مین نفرت اور امتلا انسان مین پیدا کرتی ہین ہمیشہ مضر تندرستی ہوتی ہین چاہے کتنی ہی خوش ذائقہ وہ طیار کی ہوئی اور پکائی ہوئی حالت مین کیون نہون + اور سب سے زیادہ گوشت۔ غذا کی اس قسم مین داخل ہے + کوئی انسان کبھی اسکا خیال بھی نکرے گا کہ زندہ چوپایہ (بیل) کے جسم مین مُنہ یا دانت مارے۔ یا بھیڑ کا کچا گوشت کھاوے + نمک و مصالحہ لگا کر پکانے سے ہماری خلقی تمیز اور عقل گمراہ ہو جا سکتی ہے۔ مگر جو غذائین کہ ہماری اصلی تمیز یعنی قوت شامہ اور ذائقہ کو نفرت دلانے والی ہین وہ ایسی ترکیبون سے کبھی شفا بخش نہین بن سکتی ہین +

قدرتی غذا کے اصُول کے زیادہ تر صاف سمجھانے کی غرض سے امور ذیل کا تحریر کرنا ضروری ہے +

سب اشیائے خوردنی زیادہ زود ہضم اور زیادہ قوت بخش ہوتی ہین جب تک کہ وے پوری پختگی کو نہ پہونچی ہون (یعنی جب تک پوری بڑھی ہوئی حالت مین نہین ہین) بمقابلہ اسکے کہ وہ زیادہ پکی (پختہ) ہو جاوین + بدقسمتی سے عام لوگون مین یہ غلط خیال ہے کہ کچی اشیائے خوراک مضر تندرستی ہین کیونکہ اسہال و پیچش پیدا کرتی ہین +

یہ خیال بالکل غلط ہے + بیشک اُس شخص کو جو خاصکر گوشت کی غذاؤن کا عادی ہے اور پھر اتفاق سے کچّا سیب یا اور کوئی کچّا پھل کھالیوے دست شروع ہو جاوین گے + مگر برخلاف عام خیال کے اس تمثیل مین ہم بہت ہی عمدہ ثبوت کچّے میوہ کے زود ہضم ہونے کا پاتے ہین - ہر زود ہضم غذا کو ہاضمہ کا سڑانے والا یا خمیر پیدا کرنے والا عمل جلد اس طرح مبدل کرتا ہے کہ جو دیر سے ہضم ہونے والی غذاؤن مین ممکن نہین ہے + اگر ہضم کرنے والے اعضا مین مشکل سے ہضم ہونے والی یا بذریعہ خمیر مشکل سے تبدیل ہونے والی غذائین موجود ہون تو اونپر کچّے میوہ کا جلد تر خمیر اوٹھانیوالا عمل ایسا اثر کرے گا کہ وے خود بھی سڑنے اور خمیر اوٹھنے کی حالت مین ہو جاوینگی + اور اس طرح وہ اسہال پیدا ہوتا ہے جس کا اسقدر زیادہ (اگرچہ بیجا) خوف کیا جاتا ہے + ایسے اسہال کا وقوع جسم کے اندر کی ایک زیادہ مقدار مواد فاسد (فارن میٹر) کو ایک تعجب انگیز قلیل عرصہ مین اُس سے (یعنی جسم سے) دُور کر دیتا ہے اور میرے تجربہ کی رُو سے جسم کے کل حصون کے واسطے بہت ہی نافع ہے +

ناظرین کو بخوبی معلوم ہوگا کہ جو کتّے مالکان کی زیادہ مہربانی کے باعث بہت فربہ ہو جاتے ہین وہ بسا اوقات گھاس کھاتے ہین یعنی ایسی غذا جو کہ گوشت خوار جانور کے لئے حقیقتاً نہین بنائی گئی ہے + ایسا کرنے کا سبب یہ ہے کہ کتّے کی عقل حیوانی اُس کو سکھلاتی ہے کہ بوجہ زود ہضم ہونے کے گھاس اوسکے ہاضمہ کی عمدہ ترین امداد ہے جب کہ اوسکی قوت ہاضمہ پر زیادہ ثقیل غذا کا بار ہوتا ہے +

لہٰذا اُن لوگون کے واسطے جن کو معدہ کی بیماریان اور ہاضمہ کے فتور ہین بجائے بہشت میوہ (پھل) کے میوہ (پھل) خام تجویز کرنا چاہئین اور سبھی پھلون کا استعمال

اُس وقت تک جاری رکھنا چاہیے کہ معدہ پھر بخیت پھلوں کے ہضم کرنے کے قابل طاقت ور نہ ہو جائے +

مثل پھل اور دیگر غذاؤں کے اجناس غلہ (جو ایسی ہی مختلف درجہ کے ہضم کی قابلیت مطابق طیاری و طریقہ خورش کے رکھتے ہیں) اپنے اصلی (قدرتی) حالت ہیں ہی یعنی بشکل ثابت دانہ ہمیشہ زود ہضم ہوتے ہیں + قدرتی طور پر غلہ کے چبانے میں دانتوں کو بہت کام پڑتا ہے لیکن چبانے ہی سے اور چبانے کے ذریعہ سے جو مُنہ کے لعاب کا بخوبی شاملِ غذا ہونا ہوتا ہے وہ خاصکر ہاضمہ کی ترقی کرتا ہے + بیشک وہی لوگ جو مضبوط دستہ دندان خوش قسمتی سے رکھتے ہیں غلہ کو اس حالتِ اصلی[۱] میں کھا سکتے ہیں اور جن کے دانت کم و بیش جاتے رہے ہیں وہ اس چبانے کے عمل سے معذور ہونگے + ایسے مریضوں کو پہلے سے دَلا ہوا یا پِسا ہوا غلہ چبانا چاہیئے +

جب حالات مقتضی اس بات کے ہوں دَلا ہوا یا پِسا ہوا غلہ زیادہ سخت مریضوں کے واسطے بہت ضروری غذا ہے اور اُس وقت تک برابر استعمال کیا جاوے جب تک کہ بلا چھنے ہوے آٹے کی روٹی ہضم ہو سکے۔ ایسی صورت میں موٹا دلیا اور میوہ (پھل) آدھا پکا یا خام نہایت ہی مفید ہوتا ہے۔ اور اگر مریض کچھ بھی قابل شفا ہو تو بہت جلد افاقہ ہونے لگے گا + بمقابلہ کچے غلہ کھانے کے اور کے بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی اس قدر زود ہضم نہیں ہوتی ہے جیسا کہ اوپر ہم تحریر کر چکے ہیں لیکن روٹی کی سب قسموں میں سے گیہوں کے بلا چھنے ہوئے آٹے کی روٹی

---

[۱] یعنی ثابت غلہ کو دانتوں سے چبا کر + ۱۲

روٹی (ملاحظہ کرو نسخہ مصنف صفحہ ۲۱۴ پر) نہایت ہی زود ہضم ہے + اکثر تو روٹی بنانے کے واسطے غلہ کے اندر کا سفید گودہ (مغز) استعمال کیا جاتا ہے اور باہر کا ثقل (چھلکہ) یعنی چوکر تقریباً ہمیشہ دیگر اغراض میں صرف ہوتا ہے + اس طرح ایک بہت باریک آٹا تو حاصل ہوتا ہے لیکن اوسکی روٹی بمقابلہ بلا چھنے ہوئے آٹے کی روٹی کے قوت ہاضمہ یعنی معدہ پر بار زیادہ ڈالتی ہے + پس یہ قبض پیدا کرتی ہے کیونکہ چوکر جو غلہ کا نہایت ضروری جزو ہے الگ کر دیا گیا ہے +

جئی (اوٹس) جیسا کہ ہر شخص جانتا ہے گھوڑون کی بہت عمدہ خوراک ہے + لیکن ہر مالک اسپ اس امر کی تصدیق کرے گا کہ جئی کے نفع بخش خوراک ثابت ہونے کے واسطے یہ کس قدر ضروری ہے کہ کس حالت مین یہ جنس گھوڑون کو کھلائی جاتے + اگر گھوڑون کو چوکر کے ساتھ جئی ملا کر کھلائی جاوے تو بہت آسانی سے وہ اوس کو ہضم کر سکتے ہین - اور بہت ہی زیادہ قوت اونکو پیدا ہوگی - برخلاف اسکے اگر ان جانورون کو جئی بلا چوکر کے کھلائی جاوے تو فوراً معلوم ہو جاوے گا کہ اونکو چارہ (یا دانہ) ایسا ایسی آسانی سے ہضم نہین ہو سکتا ہے + اور اگر بجاے اس خوراک کے دیگر اجناس غلہ مثل گیہون یا دیوگندم اونکو بلا شمول چوکر کے کھلائے جاوین تو گھوڑون کے ہاضمہ سے اور بھی زیادہ صاف معلوم ہوگا کہ وے غذائین تنہا بہت ثقیل ہین + ہاضمہ کی مشکل اور دقت اور بھی زیادہ صاف معلوم ہوگی اگر گھوڑون کو محض وہ جئی جسکا چھلکہ دور کر دیا گیا ہے کھلائی جاوے + یہ جانور ایسی جئی کھانے سے فربہ تو ہو جاتے ہین مگر اونکو اوسکے ساتھ قبض پیدا ہو جاتا ہے اور کام کے قابل نہین رہتے +

غلہ کے جلد ہضم ہونے کی قابلیت زیادہ تر بوجہ اوسکے چھلکے یا چوکر کے ہوتی ہے - چوکر

جتنا زیادہ ہو اُتنا ہی ہضم کے واسطے مفید ہے + جملہ اجناس مین جئی ایسی جنس ہے جسمین کہ چوکر کی مقدار سب سے زیادہ ہوتی ہے۔ اور پس بمقابلہ گیہون اور دیوگندم[۱] کے گھوڑون کی خوراک کے واسطے زیادہ مناسب ہے +

اگرچہ جی کا چھلکا اور چوکر ظاہرا بلا تغیر لید مین پایا جاتا ہے۔ اس لئے یہ فرض نہین کر لینا چاہیئے کہ گھوڑے کے ہاضمہ کے واسطے یہ چھلکہ و چوکر مفت کا بار ہے + ایسا خیال کرنا ایک بھاری غلطی ہوگی + گھوڑے کے ہاضمہ صحیح کے واسطے یہ بارا[۲] اُسی قدر ضروری ہے جتنا کہ غلہ کا اندرونی مغز + **ٹھیک ٹھیک جس شکل مین خوراک کی کوئی شئے خدا نے پیدا کی ہے** (یا قدرت مین پائی جاتی ہے) اوسی حالت مین ہمیشہ وہ ہاضمہ کے واسطے سب سے اچھی ہوتی ہے +

اسی طرح انسان کے واسطے یہ بات نہایت ضروری ہے کہ اشیاے خوراک کس حالت مین ہم کھاتے ہین + بارہا لوگون کو یہ کہتے ہوئے ہمنے سنا ہے۔ " دالون کو مین ہضم نہین کر سکتا ہون۔ اُن سے مجکو ریاح پیدا ہوتی ہین۔" لیکن یہ بات زیادہ تر اسپر منحصر ہے کہ وہ کس طریقہ مین پکائی گئی ہین + شوربہ (دال کا پانی) یا گھٹی ہوئی اور پتلی حالت مین جیسا کہ عام طور پر لوگ (دالون کو) کھاتے ہین وے ضرور مشکل سے ہضم ہونے والی ہین + پھر کیا عجب جو وہ معدہ مین خلل پیدا کرین + بشکل شوربہ وہ خاصکر قابل اعتراض ہین کیونکہ شوربا بلا چبا لئے کے معدہ مین جاتا ہے لہذا ہضم کے واسطے درست حالت مین نہین ہوتا + برخلاف اسکے اگر تھوڑے ہی پانی مین مثلاً مٹر کو ہم جوش دین تاکہ وقت طیاری

---

[۱] ایک قسم کا غلہ جو گیہون کے مقابلہ مین خراب ہوتا ہے مگر اوسی قسم کا ہوتا ہے +
[۲] یعنی چوکر یا بھوسی + ۱۲

کے تقریباً کل پانی اُن مین جذب ہوگیا ہو اور وہی مٹر کے دانے اپنی اصلی اور مدور حالت مین نظر آوین تو ہم مشکل سے ایک ثلث مقدار اوسکی کھاسکین گے بمقابلہ اسکے کہ اونکو ہم جب شوربہ کی شکل مین نوش کرتے ہین + ہم یہ بھی دیکھینگے کہ یہ کمتر مقدار اگرچہ چھلکے سمیت کھائی جاتی ہے - معدے مین کچھ بے چینی پیدا نہین کرتی اور بمقابلہ شوربہ کے زیادہ قوت بخش ہوتی ہے +

ایک مزدور کی حالت مجھے اس وقت یاد آتی ہے - جس کو محض بحکم ضرورت قریب تین ماہ تک سوائے مٹھی بھر کچے مٹر کے روزانہ اور کچھ کھانا نہ ملا - یہ شخص مسرت علانیہ کے ساتھ اُس مصیبت کے زمانہ کے حالات مجھ سے بیان کیا کرتا تھا کہ بارہا اوس کو اپنے منہ کے اندر خشک مٹر کے دانون کو گھنٹون تک تر ہونے کے واسطے رکھنا پڑتا تھا تاکہ چبانے کے واسطے وہ دانے بقدر ضرورت ملایم ہوجاوین + تاہم باوجود اس قلیل غذا کے وہ کہا کرتا تھا کہ اوسکی تندرستی بہت ہی اچھی خود اوسکو معلوم ہوتی تھی - اور سچ تو یون ہے کہ وہ عمر بھر کبھی ایسا تندرست نہین رہا +

• یہ مثال خوراکی اشیاء کو اونکی اصلی حالت مین کھانے سے اونکی اعلے درجہ کی غذائیت کی تصدیق کرتی ہے - اس مثال سے یہ بھی ثابت ہوتا ہے کہ غذا کی قوت بخش ہونے کی تحقیقات مین بھی قدرت کا قاعدہ جس کو ہم ہر جگہ تمیز کرسکتے ہین اور موجود پاتے ہین موجود پایا جاتا ہے - یعنی کہ چھوٹے سے چھوٹے اور سادہ سے سادہ وسایل سے زیادہ سے زیادہ کام لیا جاوے +

ان تشریحات سے ناظرین کو صاف ظاہر ہوگیا ہوگا کہ خوراک کی زیادتی سے کیونکر پرہیز کیا جاوے + اسمین شک نہین ہے کہ مین یہ ٹھیک نہین بتلاسکتا ہون کہ کیا شئے اور کتنی مقدار مین ہر شخص یا ہر مریض کو خوراک کی زیادتی سے آیندہ بچنے کے واسطے کھانی چاہیے + مشکل سے

دوسرے بعض ایسے ہونگے جنکے ہاضمہ کی قوت بالکل برابر ہو- لہذا خوراک کی ٹھیک مقدار یا قسم سرسری طور پر تجویز نہیں کیجاسکتی ہے + ہر شخص کو خود معلوم کرلینا چاہیئے کہ کیا چیز اوسکے واسطے نہایت مناسب ہے + لہذا اتنا ہی کافی ہوگا کہ خوراک کے مختلف اشیا کی نسبتی قابلیتہاے ہضم تحریر کردی جاوین +

ہاضمہ کے عمل کے بارے مین اطبّاے قدیم ہم کو قابل اطمینان بنیاد واسطے تحقیقات کے نہین دیتے + آگ مین نہ ٹوٹنے والے شیشون و نازک سے نازک ترازون- اور انواع و اقسام کے دیگر آلات کی امداد سے جو بڑی بڑی معلومات علم کیمیا مین ہوئی ہین وے اس نئے علم شفا بخشی کے واسطے کچھ بھی کارآمد نہین ہین +

عمل ہاضمہ جسم کے اندر خود ایک کارروائی سڑن (جوش) کی ہے + اوسکے ذریعہ سے غذائین جسم انسانی کے اندر اپنے ایسے اجزا مین جو ایک دوسرے سے مختلف ہوتے ہین مبدل ہو جاتی ہین + اونمین سے جسم انسانی اوسی قدر جو مناسب ہین یعنی جزو بدن ہونے کے قابل ہین + اپنے واسطے قبول کرلیتا ہے + جملہ غذائین جن کے سڑنے کی قابلیت کو ہم مصنوعی ترکیب سے تبدیل کرتے ہین یا بذریعہ پکانے کے یا بذریعہ آمیزش نمک یا شکر کے اس قابلیت کو دبا دیتے ہین- مشکل سے ہضم کے قابل ہین- یعنی جسم انسانی بہت مشکل کے ساتھ اونکو جزو بدن کرسکتا ہے + اس طرح اونکے سڑنے کی قابلیت پر اثر ہو جانے کی وجہ سے معمول سے زیادہ عرصہ درکار ہے- قبل اسکے کہ وہ اشیا ہضم کے واسطے مناسب حالت مین پھر آوین + مراد یہ ہے کہ حالت مطلوب کو پہونچنے کے واسطے معدے مین یعنی ہضم کے مقام مین بہ نسبت اوسکے کہ جتنا ٹھیرنا چاہیئے زیادہ دیر تک انکو رہنا پڑتا ہے- نتیجہ اسکا یہ ہوتا ہے کہ سڑنے کی حالت معمول سے زیادہ درجہ کی- اور اس سڑن کی باعث حرارت معمول سے زیادہ درجہ کی پیدا ہو جاتی ہین + اس حالت مین جو اندرونی

حرارت زیادہ پیدا ہوتی ہے اُس سے آخرکار آنتون کے اندر پاخانہ مین زیادہ سختی ہو جاتی ہے اور اُس کا رنگ بھی زیادہ سیاہ ہو جاتا ہے +

سب کو بخوبی معلوم ہے کہ ہضم غذا کا انسان کے مُنہ کے اندر ہی شروع ہو جاتا ہے + اسکے بعد غذائین معدہ مین پہونچتی ہین جہان کہ اومنین ہضم کرنے والا معدہ کا لعاب شامل ہو جاتا ہے اور اپنا پُورا اثر اُن پر کرتا ہے۔ اس طرح سے وہ غذائین اپنے اصلی اجزا مین جُدا ہونے یا سڑنے کی حالت کو پہونچتی ہین اور اُن مین سڑنے سے بھاری تغیر ہو جاتا ہے آنتون مین سڑنے کا عمل تیزی مین اور بھی زیادہ ہو جاتا ہے اور سڑنے والی غذائین لبلبے[1] کا لعاب اور ہضم مین مدد دینے والے دیگر عروق اور شامل ہو جاتے ہین +

جسم انسانی کے واسطے جو حصہ غذا اُن کا بیکار رہے وہ پھر بذریعہ آنتون کے۔ گردون کے اور جلد کے خارج کر دیا جاتا ہے + بعض اوقات دیکھا جاتا ہے کہ جانور تھوڑے عرصہ مین ایسی بظاہر ناقابل ہضم اشیا کو جیسے ہڈیان۔ سنگریزے۔ اور کھریا مٹی کے ٹکڑے پورے طور سے ہضم کر لیتے ہین (یہ اشیا مرغیون کے معدے مین برابر پائی جاتی ہین)۔ ایسے جانورون کی بیٹ یا پاخانہ کو اگر امتحان کیا جاوے تو سخت پتھر یا ہڈی کے ٹکڑے اُس مین بالکل نہ ملین گے + برخلاف اسکے انسانون مین یہ پایا جاتا ہے کہ ہضم کے مقام مین اکثر غذا ہفتہ بھر تک رہتی ہے + اس سے ایک غیر معمولی کیفیت سڑنے کی پیدا ہوتی ہے + اس سڑنے کی وجہ سے جو گیس یعنی ریاح پیدا ہوتے ہین اور جنکا جسم کے

نوٹ [1] معدے کی نلی مین ایک گلٹی ہوتی ہے اوسکا نام ہے اِس گلٹی سے لعاب نکل کر اور غذا مین شامل ہو کر اسکے ہضم مین مدد دیتا ہے +

بنائے ہین کچھ تعلق نہین ہے جلد تک پہونچا دیئے جاتے ہین اور بشکل پسینہ اور ابخرات[1] کے اور بشکل ریاح کے خارج ہوتے ہین + اس ریح کو ہرگز نہ روکنا چاہیئے کیونکہ جسم کے واسطے اوسکا روکنا نہایت ہی مضر ہے +

براز یعنی پاخانہ جب خفیف **بھورے رنگ کا۔** ملایم اور بستہ ہو اور اوس پر لیس دار ایک تہ پائی جاوے جس سے یہ صاف ظاہر ہوتا ہے کہ جسم کے اندر کے مختلف لعاب لیس دار ہوتے ہین تو جاننا چاہیئے کہ ہاضمہ کی حالت صحیح ہے +

پاخانہ کلّے (لنگوچہ) کی شکل کا ہونا چاہیئے اور ایسا ہونا چاہیئے کہ خارج ہونے کے وقت جسم مین کچھ بھی نہ لگ جاوے + یہ بات سب تندرست جانورون مین پائی جاتی ہے اور تندرست انسانون مین بھی پائی جانی چاہیئے۔

انسان کے جسم مین پاخانہ پھرنے کا جو مقام ہے اُسکا کنارہ ایسا مناسب شکل کا بنا ہے کہ اگر ہضم اصلی حالت پر ہو تو پاخانہ بلا جسم کو کسی طرح گندہ کرنے کے یا لگنے کے خارج ہو سکتا ہے + پاخانہ مین جو کاغذ کا استعمال کیا جاتا ہے وہ بیمار انسانون کیواسطے ضروری سامان ہے۔ جیسا کہ پہلے بیان کیا گیا ہے دیہات کے تندرست انسان اس کاغذ کا استعمال نہین کرتے ہین + علاوہ اس کے پاخانہ مین کوئی ناپسندیدہ۔ ناگوار اور مضرت رسان بو کبھی نہ نکلنی چاہیئے +

نوٹ [1]۔ جیسے کہ پسینہ تو معلوم ہوتا ہے اور ابخرات جسم سے نکلتے ہوے دکھلائی نہین دیتے مگر مسامات کے ذریعے جلد سے ریاح بہ شکل ابخرات خارج ہوتے رہتے ہین اسی واسطے یہ بہت ضروری ہے کہ فریکشن سٹز باتھ لینے کے وقت انسان بالکل برہنہ ہو کر بیٹھے اگر موسم سرد ہے تو کمرہ کو گرم رکھے۔ اسکا مفصل حال غسلون کے باب مین آچکا ہے + ۱۲

اگر ایسی بو نکلے تو یہ جاننا چاہیئے کہ ہضم کے خمیر میں کوئی غیر معمولی حالت پیدا ہو گئی ہے + اس سے خشکی یا قبض پیدا ہوتا ہے + خشک آنتوں میں فضلے کے ٹکڑے زور سے جم جاتے ہیں اور ایسے چپک کے بالکل نہیں ہٹائے جا سکتے + پھر بھی جسم کے اندر سڑنے کا عمل بدستور جاری رہتا ہے اور اس سے فضلہ کے سخت ٹکڑوں کی شکل تبدیل ہو جاتی ہے اور ریاح کی پیدائش زور شور سے ہوتی ہے حتی کہ ریاح کل جسم میں پھیل جاتے ہیں + ہضم کی اس کیفیت سے جو اندرونی دباؤ اور تناؤ پیدا ہوتا ہے وہ جسم کے آخری سروں اور جلد کی جانب کو رجوع ہوتا ہے + پس اگر آخرالذکر یعنی جلد آپ اپنا کام انجام نہیں دیتی تو ریاحی مادہ فاسد کو باہر نکلنے کا راستہ نہیں ملتا ہے اور جلد کے نیچے پے در پے دمبدم زیادہ جمع ہوتا ہے + تب جلد اپنے کام میں اور بھی سست ہو جاتی ہے اور اوسکی حرارت اصلی حرارت سے کم ہو جاتی ہے + اوسکے آدروے (خون پہونچانے کی باریک رگیں) مادہ فاسد سے ایسے بھر جاتے ہیں کہ صاف خون جسکے بغیر کہ جلد میں گرمی آ ہی نہیں سکتی۔ آئندہ جسم کے بیرونی حصہ تک گردش نہیں کر سکتا + لہذا جسم کی بیرونی حرارت کم ہو جاتی ہے اور جلد کا رنگ آبی - پیلا - سیاہی مائل یا سبزی مائل یعنی ایسا رنگ جیسا **کلوروسس** کے عارضہ میں ایک نہ ایک قسم کا ہوا کرتا ہے۔ ہو جاتا ہے + معمولاً پیلا یعنی نعش کا سا رنگ جلد کا ہو جاتا ہے (ملاحظہ کرو تشریحات متعلق عارضہ **کلوروسس** حصہ دوم میں)۔ لیکن خون کی خاصیت اور مادہ فاسد کی خاصیت کے موافق واقعی رنگ جلد کا مختلف ہوا کرتا ہے +

اگر خون میں پیشاب زیادہ شامل ہو تو جلد کا رنگ سرخ ہوتا ہے۔ اور دیگر صورتوں میں جلد کا رنگ زرد یا مٹیالہ یا سبزی مائل ہوتا ہے + اندرونی حرارت کے مقابلہ میں جلد

کی بیرونی حرارت کی کمی مادۂ فاسد کو اور بھی زیادہ سخت کر دیتی ہے۔ کم درجہ کی خارجی حرارت اور اندرونی دباؤ کے مشترکہ فعل سے دب کر وہ مادہ جسم کی سطح میں بھر جاتا ہے یا جمع ہو جاتا ہے + اس طرح جسم کی شکل میں رفتہ رفتہ تغیر پیدا ہوتا ہے اُس کو ہم مادۂ فاسد کا بار کہتے ہیں۔ اس بار کی کمی وبیشی میرے نئے طریقۂ تشخیص یعنی سائنس آف فیشیل اکسپریشن سے دریافت ہو سکتی ہے + اس طرح پر ہی سر کے متعلق جملہ عوارض۔ مثلاً کان۔ آنکھ۔ دماغ کی بیماریاں اور ضعف دماغ اور درد وغیرہ پیدا ہوتے ہیں + اس قاعدے کو جس کی تردید نہیں ہو سکتی پہچان کر۔ یا مان کر ہم بیمار انسانوں کے معالجے میں سب سے زیادہ پریشان کرنے والی پیچیدگی جو ہم کو ملتی ہے اُس کو فوراً حل کر دیتے ہیں۔ ہم کو ساتھ ہی یہ بھی معلوم ہو جاتا ہے کہ اُن اطبا کے مقولے سراسر غلط اور بیکار ہیں جو کہ امراض کو محض اُس کا مقامی علاج کر کے آرام کرتے ہیں +

یہ بات واقعی قابل غور ہے کہ آجکل عام لوگوں میں ہاضمہ ہیچ کے بارے میں کیسی کیسی رائیں پائی جاتی ہیں۔ مثلاً اکثر لوگوں کو ہم کہتے ہوئے سُنتے ہیں کہ میرا ہاضمہ اعلیٰ قسم کا ہے۔ میں اتنے گوشت کے کباب کھا سکتا ہوں اور اتنے گلاس شراب کے پی سکتا ہوں اور کوئی بدہضمی نہیں معلوم ہوتی + میرے معدے کے ساتھ ہر چیز موافق ہے۔ میری اشتہا نہایت اچھی ہے +" یہ سب مان لیا جاوے تاہم ایسی عادتیں اوتنی ہی مضر ہیں جتنا کہ مثلاً دس سگرٹ کا ہر روز پینا + تمباکو جسم انسانی کے واسطے ایک قسم کا زہر ہے۔ اور ہمیشہ زہر ہی رہے گا اور جس جسم کو اس تمباکو کے زہر (نیکوٹین) کے خارج کرنے کی کوشش میں لگا رہنا پڑتا ہے وہ جسم ضرور جیسا کہ قدرت کا قاعدہ ہے

اس وجہ سے تکلیف یا نقصان اوٹھائیگا + یہی کیفیت کھانے اور پینے کی ہے + جو معدہ بالکل تندرست ہے وہ نامناسب غذا ذراسی بھی اپنے اندر رکھنا قبول نہ کرے گا + کھٹی ڈکار۔ چھاتی کی جلن۔ اور بے چینی کی شکایات کے ہو جانے سے معدہ یہ بات فورًا ظاہر کرتا ہے کہ اُس سے ضرورت سے زیادہ کام لیا گیا ہے + اگر معدہ کمزور ہو تو بظاہر ترشی قبول کرلیتا ہے۔ گویا اوس مین نامناسب اور ضرورت سے زیادہ غذا کے مقابلے یا ممانعت کی طاقت ہی نہین ہے + یا یُون کہین کہ قدرتی عمل یا قدرتی خاصہ معدہ کا جاتا رہا + غذا بغیر کافی طور سے ہضم ہونے کے جسم سے خارج ہو جاتی ہے اور جسم کو اُس سے کچھ نفع حاصل نہین ہوتا +

یہ خاصکر ذکر کرنے کی بات ہے کہ مختلف اشیاء کی غذائیت پہونچانے کی مقدار کا دارومدار فقط معدہ کی قوت ہاضمہ پر ہی ہے۔ نیز جسم کی اُس قابلیت پر جو اوسمین غذا کے جزو بدن کرنے کی ہوتی ہے۔ بہ نسبت غذاؤن کے قوت بخش جزوسکے[1] اوسط پر تہ فی صدی کے یہ ایک دوسری ہی بات ہے + بلا چھنے ہوئے آٹے کی روٹی (گرسے ہم برڈ) تازہ پھل۔ سبز ترکاریان اور آٹے کی بنی ہوئین غذائین پانی مین پکی ہوئین۔ بلا روغن۔ شکر یا نمک کے شامل کئے ہوئے (جیسا کہ خوب جانتے ہین) بمقابلہ عمدہ سے عمدہ انگریزی شراب و نہایت قیمتی گوشت اور انڈے خواہ پنیر کے۔ ان مین بہت زیادہ اجزا جسم کے جزو بدن ہو جانے کے

[1] غذاؤن مین حکمانے مختلف مقدار کا قوت بخش حصہ ہونا قرار دیا ہے۔ یعنی بالفرض ایک غلہ مین قوت بخش جزو پورا ہے یعنی سَو مین سَو ہے تو اسی حساب سے مختلف غلون مین کم ہے۔ اسی طور سے ہر غلہ مین قوت بخش اجزا کا اندازہ فیصدی کر لیا جاتا ہے یعنی سَو کو پورا مان کر بقیہ کا اوسی سے مقابلہ کرکے مقدار غذائیت کی مقرر کرنی چاہیئے +

لئے ہوتے ہین + اسمین شک نہین کہ ان آخرالذکر اشیاے خورونوش مین بھی بروے
امتحان کیمیائی جسم انسانی کے اجزاے ترکیبی پاے جاتے ہین لیکن یہ کچھ ثبوت اس
امر کا نہین ہے کہ یہ اشیا ہمارے لئے سب چیزون سے زیادہ مناسب غذائیت
بخشتی ہین +

جسم انسانی نہایت سادہ غذاؤن مین مثلاً غلہ مین سے وہ سب اجزا جو بروے
علم کیمیا اوسکی ساخت کے واسطے نہایت ضروری ہین اخذ کرسکتا ہے + غلہ اس حالت مین
جیسا کہ بلا چھنے ہوئے آٹے کی روٹی مین ہوتا ہے اگر اچھی طرح چبایا جاوے اور لعاب دہن
اُس مین اچھی طرح ملایا جاوے تو معدے مین داخل ہوتے ہی ترش ہوجاتا ہے +
ہضم کے عمل سے جسم کے واسطے جو ضروری اور پرورش کرنے والے اجزا ہین اوس
غلہ مین سے مثل شراب و شکر وغیرہ کے پیدا ہوجاتے ہین + ان اشیا کو جسم
جلد جزو بدن کرلیتا ہے کسواسطے کہ جسم نے انکو بنایا ہے + اور
غلہ کے وہ اجزا جو جزو بدن نہین ہوسکتے جسم سے پھر ایک خاص معین شکل مین اور
معین رنگ کے ہوکر خارج ہوجاتے ہین +

اگرچہ گذشتہ اوقات میرے پیش کئے ہوئے دلایل اور ثبوت کو لوگ نہین مانتے
لیکن ہمیشہ ترقی کرنے والی بیماریون کا شکر علم طب کی ترقی کے مفید مراد ثبوت
نہین دیتا ہے + عام لوگون کو اس موقعہ پر عمل علم طب قدیم کے نتایج کے جانچنے
اور ناپنے کا پیمانہ اور اندازہ حاصل ہے + پیشہ طبابت کی غلط تعلیم سے کتنے لوگون نے
اپنے آپ کو گمراہ ہونے دیا ہے۔ کتنے آدمیون نے قدرت کے قوانین کو نیک نیتی
سے اس خیال مین توڑا ہے کہ وہ عقلمندی کا اور عمدہ عمل کررہے ہین لیکن

ہر خلاف ورزی اپنی قدرتی سزا بیماری یا روگی پن کی شکل سے اپنے ساتھ لاتی ہے +
اس موقعہ پر ایک خط کا حصہ چھاپنے سے مین باز نہین رہتا جو میرے پاس ایک
دور کے ملک یعنی ہونولولو کے ایک سرگرم پادری صاحب کے پاس سے پہونچا تھا +
صاحب موصوف نے یہ تحریر کیا ہے کہ " اس مقام کے اصلی باشندے قبل یورپین کی
آمد کے فقط پوئی پر (ہونولولو کی قومی غذا جسمین تارو کی جڑ پانی کے ساتھ
پھینٹ کر لیئی سی بنائی جاتی ہے اور جو نہایت ہی طاقت دینے والی غذا ہے) کیلہ
اور دیگر میوہ جات کے ساتھ بسر اوقات کیا کرتے تھے - صاف پانی ہی اون کے
پینے کی چیز تھی + اس طرح وہ محض قدرتی خوراک پر بسر کرتے تھے - اونکے قد دیو کی
طرح ہوتے تھے اور اونمین طاقت اور تندرستی وافر پائی جاتی تھی + پھر یورپین تشریف
لائے اور نیٹو کو سکھلا دیا کہ محض گوشت سے ہی طاقت حاصل ہوسکتی ہے اور محض شراب
سے ہی خصوصًا جن[1] سے زور پیدا ہوتا ہے + یہ حالت دیر تک جاری نہ رہی کہ اول
مویشی اُس مقام مین باہر سے لائے گئے اور شراب نے اپنی برکت سب مُلک مین پھیلا
دی - مقام ہوائی کی تاریخ مین اُس حاکم کا نام بھی درج ہے جس نے اول بتاریخ ۱۰ مئی ۱۸۱۹ء
کو علانیہ اپنا طریقۂ معاشرت تبدیل کیا + گوشت خشک اب قومی خوراک ہوگئی اور
شراب جن قومی پینے کی شے ہوگئی - لیکن اس کے کیا نتائج ہوئے +
یہان کے باشندے (یعنی کنک) کثرت سے جلد کے عوارض مین یعنی پھوڑے پھنسی مین
اور دمہ مین مبتلا رہتے ہین - امراض آلات تناسل عام ہین اور جذام کی ترقی ہے جو اُن
باشندون مین بہتون کو ہلاک کرتا ہے "

---

[1] ایک قسم کی شراب ہے +

اس سے ہم کو یہ ثابت ہوتا ہے کہ اس مقام کے باشندے خورونوش کے جدید رواج کے باعث (جس کو کہ ان لوگون مین ہماری اسقدر تعریف کی ہوئی تہذیب نے پھیلایا) جلد بیماریون مین مبتلا ہو گئے + اس واقعہ سے یہ بھی ثابت ہوتا ہے کہ حکمت ڈاکٹری کے مسائل غذاؤن کے بارے مین سراسر غلط ہین + قدرتی طور پر اس ملک کی حالت مین گرم آب و ہوا اس مرض[۱] کے پھیلانے مین بہت مدد کرنے والی تھی - اور جس مرض کا اظہار ایسی سرد آب و ہوا مین جیسا کہ ہمارے ملک کی آب و ہوا ہے - زیادہ بدیر ہوتا +

اب ان اصول پر غور کرنا چاہیئے جن پر قدرتی طریقہ خوراک مبنی ہے - یہ اصول مسٹر ای - ہیرنگ صاحب نے اپنے لیکچر مین بہت خوبی کے ساتھ بیان کئے ہین اونکو ہم یہان نقل کرتے ہین :-

ہم لوگ اپنے جسم کے اندر دو اعضا کے ذریعہ سے غذا کو داخل کرتے ہین - یعنی پھیپھڑے اور معدے - ان دونون مین سے ہر عضو کے واسطے ایک ایک دربان جسم مین موجود ہے - یعنی پھیپھڑے کے واسطے ناک اور معدے کے واسطے زبان ہے +

تجربہ سے معلوم ہوتا ہے کہ ہماری بدقسمتی سے ان دونون دربانون مین سے کوئی بھی پورے طور سے ایسا نہین کہ جس کو بگاڑ نہ سکین + اس مین کچھ شک نہین کہ کوہستان کی تازہ ہوا ہمارے پھیپھڑون کے واسطے سب سے اچھی غذا ہے اور ایسی ہوا مین دم لینے سے ہماری قوت شامہ پورے طور سے سیر ہو جاتی ہے + وہ شخص جو ہمیشہ اس صاف ہوا مین رہا ہو وہ ہوئین دار کمرون مین گھنٹون تک رہنا اپنے بس کے باہر پاتا ہے +

[۱] مراد ہے مرض جذام سے + ۱۲

کیونکہ اوسکی قوت شامہ ہر مرتبہ سانس لینے مین اُس کو آگاہ کرتی ہے لیکن اگر وہ آدمی بار بار ایسی جگہون مین جاتا رہتا ہے تو تنبیہ کرنے والی آواز رفتہ رفتہ کمزور ہو جاتی ہے حتی کہ آخرکار وہ آواز خاموش ہو جاتی ہے۔ سچ تو یہ ہے کہ سونگھنے کی قوت آخرکار بری ہوا کی ایسی عادی ہو جاتی ہے کہ وہی اوس کو خوشگوار معلوم ہونے لگتی ہے + پس سونگھنے کی قوت بگڑ گئی اور اوس کی خرابی کے دُور کرنے کے واسطے بہت وقت درکار ہے +

لیکن چونکہ ہر منٹ مین سولہ سے بیس[۲۰] مرتبہ تک سانس لیا جاتا ہے اس وجہ سے مادۂ فاسد کے براہ راست جسم مین جذب ہونے کے بُرے نتائج جلد ظاہر ہو جاتے ہین۔ اور غالبًا یہی سبب ہے کہ ہماری عقل فورًا رہنمائی کا کام اختیار کرتی ہے جبکہ ہماری سونگھنے کی قوت نے ہمارا ساتھ چھوڑ دیا +

زبان کی حالت اور بھی بدتر ہے کیونکہ زبان بدقسمتی سے ایام طفولیت سے ہی بگڑ جاتی ہے لہذا وہ پوری قابل اعتبار نہین خیال کیجا سکتی + درحقیقت یہ مشہور بات ہے کہ ہماری عادتون کے موافق کس طرح ہماری قوت ذائقہ بدل سکتی ہے + تاہم یہ بہت ضروری بات ہے کہ ہمارا جسم صحیح و مناسب قسم کی غذا حاصل کرے۔ کیونکہ جملہ خلاف قدرت غذاؤن مین جسم کے مضر اجزا شامل ہوتے ہین اور اس طور سے جیسا کہ ہم پیشتر دیکھ چکے ہین وے بیماریان پیدا کرتے ہین +

اسکے بعد ہم کو اس سوال پر غور کرنا چاہیئے کہ "کیا غذا قدرتی غذا ہے۔" ؟

چونکہ ذائقہ یا زبان پر اب پورا بھروسہ نہین کر سکتے ہین پس اس سوال کا جواب باحتیاط نگاہ کرکے اور اُس سے نتائج نکال کر دوسرے اطراف مین حاصل کرنے کی کوشش

کرنی چاہیئے +

اس کل بحث پر غور کرنے سے معلوم ہوتا ہے کہ یہ سوال محض سائنس سے ہی تعلق رکھتا ہے + پس اس کل عقدے کو حل کرنے کے واسطے وہی ایک طریقہ تحقیقات جو سائنس مین روا ہے یعنی خاص سے عام نتیجے اخذ کرنے کا طریقہ (انڈکٹیو) اختیار کرنا چاہیئے اور خاص خاص واقعات سے عام نتائج نکالنے چاہئین +

اس تحقیقات کے ہم تین حصہ کرتے ہین یعنی ہم کو لازم ہے کہ

(۱) نظری تجربون کو جمع کرین۔

(۲) اُن سے نتائج اخذ کرین۔

(۳) اُن کی آزمایش و امتحان کرین۔

نظری تحقیقات کا میدان نہایت ہی وسیع ہے اور یہ ممکن نہین کہ کوئی شخص واحد خود ہر حصہ سے آگاہ ہو سکے + لہذا چند گشت (گھوم کر دیکھنے) پر ہی ہمکو اکتفا کرنا چاہیئے۔ اُسی طرح جیسے کوئی شخص کسی ملک کے پھولون کی ماہیت حاصل کرنے کی غرض سے کیا کرتا ہے +

غذا کے بارے مین سائنس کے موافق تحقیقات کرنے مین وہ میدان جس پر ہم کو گزرنا ہے اس قدر وسیع ہے کہ ابتدا ہی سے ہمکو چاہیئے کہ اپنے خیال کو قریب ترین حدود کے اندر رکھین۔ کیونکہ اگر اس بحث کو پوری وسعت دیجاوے تو یہ لازم آویگا کہ ہر ایک قسم کے جسم رکھنے والے جاندار (آرگینک) کی خورش یا غذا کی تحقیقات کرین + لیکن ہمارے واسطے یہ کافی ہوگا کہ مسلسل باقاعدہ عملیات کی بنیاد قائم کرنے اور نتائج اخذ کرنے کی غرض سے جانورون (حیوانات) مین سے اعلے قسمون پر

ہم غور کرین یعنی اُن پہ جو انسان سے مشابہت زیادہ رکھتے ہین + لیکن فضول تحریر سے یا طوالت سے بچنے کے لئے مین یہ فرض کر لیتا ہون کہ آپ لوگ اُن تمام امور سے واقف ہین جن پر کہ سب کو اتفاق راے ہے اور جو نظری تجربہ کی رُو سے محتاج ثبوت نہین بلکہ عیان ہین یا جنکے ثابت ہونے مین ذرا شک نہین ہے +

نیچر مین زندگی پر ایک نگاہ ڈالنے سے معلوم ہوتا ہے کہ جانداروں کو غذا کے حصول کی ضرورت اس غرض سے ہے کہ اجزاے جسم کے ردّ و بدل کی کارروائی کو جاری رکھین۔ البتہ غذا کے انتخاب مین وہ ضرور مجبور اور محدود ہین۔ بحری ساحل کی شور زمین مین جو پودہ خوب سرسبز ہوتا ہے وہ خشکی مین (ہر کے اندر سرزمین مین) جاکر مرجھا جاتا اور تلف ہو جاتا ہے اور دوسرا پودہ جو خشک ریگستان مین سرسبز ہوتا ہے وہ باغ مین جاکر خشک ہو جاتا ہے اور برعکس اسکے کمائی ہوئی زمین مین لگائے ہوئے پودے جنکو زیادہ تری کی مساوات ہے ریگستان مین نہین جم سکتے + بالکل یہی حال حیوانات کا ہم دیکھتے ہین اور یہ حال اتنا نمایاں ہے کہ باعتبار اونکی غذا کے حیوانات کی تفریق و تقسیم ہم بعجت کر سکتے ہین +

تفریق حیوانات کی **گوشت خور اور نباتات خور** پر جو کیجاتی ہے وہ تو سب کو معلوم ہے لیکن یہ تقسیم سرسری ہی ہے۔ اس مضمون پر زیادہ غور و تحقیقات کرنے سے معلوم ہوتا ہے کہ کیڑے کھانے والے جانوروں کو تو ان گوشت کھانے والے جانوروں سے الگ کرنا چاہیے اور نباتات خور حیوانات کی تفریق ساگ و گھاس وغیرہ کھانے والون اور پھل یا میوہ کھانے والون پر ہو سکتی ہے + علاوہ ازین بعض کتر ایسے ہین جو دونون قسم کی خوراک پر بسر کرتے ہین + ہماری نظری تحقیقات ہر قسم کے جانورون کے اعضاے موئد ہاضمہ کی بابت بھی ہونی چاہیے یہ اعضاے موئد ہاضمہ ہم کو غذا کا ایسا صحیح پتہ بتلاتے ہین کہ ہڈیون کے ڈھانچہ (کھانکر)

سے بھی ہم یہ تجویز کر سکتے ہین کہ فلان جانور کس قسم[1] کا ہے۔
ہم اپنی توجہ خاصکر دانتون کی طرف۔ معدہ (ہضم کی نالی) کی جانب۔ اُن اعضائے حس کی جانب جو جاندار کو اوس کی خوراک تک رہبرئی کرتے ہین۔ اور اُس طریقے کی طرف جسمین جاندار اپنے بچّون کی پرورش کرتا ہے۔ مائل کرینگے۔ اِس لئے چار سفر ہمکو اس میدان مین جو ہمنے اپنی تحقیقات کے لئے معین کیا ہے کرنے ہونگے۔

آپکو معلوم ہے کہ دانت تین قسم کے ہوتے ہین یعنی کترنے یا کاٹنے کے دانت (انسائیزر) کُتّے کے دانت یعنی کیلے (کینائین)۔ داڑھ یعنی پیسنے والے دانت (مولرز)۔ گوشت خور حیوانات مین کترنے یا کاٹنے کے دانت کمتر بڑھتے ہین اور مشکل سے ہی کبھی کام مین آتے ہون اور اونکے کیلے اتنے دراز ہوتے ہین کہ تعجب ہوتا ہے۔ یہ دانت باقی دانتون سے بہت آگے تک نکلے ہوتے ہین اور صف مقابل مین خاص خالی جگہ یا خانے اونکی آمد کے واسطے ضرور ہوتے ہین۔ یہ دانت نوکدار۔ چکنے اور ذرا خمدار ہوتے ہین وے کسی طرح چبانے کے واسطے موزون نہین ہوتے مگر شکار کو پکڑنے اور تھامنے کے واسطے خاصکر مناسب ہین۔ شکاری (خونخوار) جانورون مین اِن دانتون کو فینگ (بڑے دانت) کہتے ہین اور اُن مین یہ نظر آتا ہے کہ واقعی کیونکر یہ دانت بحیثیت بڑے دانتون کے استعمال کئے جاتے ہین۔ گوشت کو چھوٹے چھوٹے ٹکڑون مین کاٹنے کے لئے پیچھے کے دانت کام مین آتے ہین جن کی سطح کہ خاردار ہوتی ہے۔ اِن خارون کی نوک سے نوک نہین ملتی ہے بلکہ ایک

---

[1] یعنی گوشت خور ہے یا نباتات خور ہے یا کیڑہ خور یا پھل خور ہے ۱۲

نار دوسرے کے پاس برابر بیٹھ جاتا ہے نتیجہ یہ کہ چبانے کے عمل سے وہ گوشت کے (عضلاتی) پٹھوں کے ریشوں کو محض جدا جدا کردیتے ہین + جبڑے کی حرکت طرفی اس عمل مین مانع ہوگی اور چبانے کا عمل گوشت خور حیوانات مین ممکن بھی نہین ہے +

لہذا یہ عیان ہے کہ اس قسم کے حیوانات اپنی خوراک کو دانتون سے پیس نہین سکتے مثلاً یہ دیکھنے مین آیا ہے کہ کتون کو روٹی کے ٹکڑون کا بخوبی چبانا کس قدر مشکل ہے۔ نتیجہ یہ ہے کہ وہ بالآخر تقریبًا بلا چبائے غذا کو نگل جاتے ہین +

نباتات کھانے والے حیوانات مین کترنے یا کاٹنے والے دانت زیادہ بڑھے ہوتے ہین اور گھاس اور ساگ کے کترنے کا کام دیتے ہین + انمین کیلے معمولاً چھوٹے ہوتے ہین۔ اگرچہ کبھی اونکو ہم اسقدر بڑھا ہوا پاتے ہین کہ وہ اپنی حفاظت کے کام مین بطور ہتھیار استعمال ہوتے ہین۔ جیساکہ ہاتھی کے دانتون کا حال ہے + سولرز یعنی پیسنے والے دانت اوپر (باہر) کے سرے پر چوڑے ہوتے ہین اور صرف اونکے اطراف مین چمکدار روغن لپٹا ہوا ہوتا ہے۔ وسے نباتات کی خوراک کو چبانے یعنی کچلنے اور پیسنے کے لئے نہایت مناسب ہین +

حیوانات مین پھل کھانے والے بہت نہین ہین + ہماری تحقیقات کے واسطے وہ بندر جو انسان سے مشابہ ہوتے ہین نہایت ضروری ہین + پھل خور حیوانات مین ہی دانتون کو بہت ہی ہموار طریقہ مین بڑھا ہوا ہم پاتے ہین + اونکے سب دانت یکسان بلند ہوتے ہین۔ صرف کیناین دانت یعنی کیلے اور دانتون سے ذرا زیادہ نکلے ہوے ہوتے ہین۔ گو تقریبًا اتنے نکلے ہوئے نہین ہوتے کہ وہ

مثل گوشت خور حیوانات کے دانتون کے کام دیسکین + یہ دانت گاؤ دم (مخروطی شکل کے) مگر سرے پر گٹھل ہوتے ہین - اور چکنے ہموار نہین ہوتے لہذا وے شکار پکڑنے کا کام نہین دے سکتے + ہر شخص دیکھ سکتا ہے کہ وے بہت مضبوط ہوتے ہین - ہم جانتے ہین کہ وے بندر جو انسان سے مشابہت رکھتے ہین اپنے دانتون سے عجیب عجیب حرکتین اور کام کر سکتے ہین + انکے مولر[۱] دانتون کے سرون پر روغن چمکدار کی کئی تہ ہوتی ہین اور چونکہ اونکا نیچے کا جبڑا حرکت طرفی بہت کر سکتا ہے اونکے دانتون کا کام چکّی کے پاٹون کے کام سے ملتا ہے + یہ امر کہ کوئی بھی مولر دانت نوکدار نہین ہوتا ہے خاص معنی رکھتا ہے + کیونکہ ہم اُس سے معلوم کرتے ہین کہ گوشت کے چبانے کے لئے کوئی بھی دانت اِن جانورون مین نہین ہے یہ امر اور بھی زیادہ قابل لحاظ ہے کیونکہ وے حیوانات جو سب چیزین کھاتے ہین (جس تعریف مین صرف ریچھ صحیح طور پر داخل ہین) دونون طرح کے یعنی نوکدار اور چپٹے سرے والے مولر دانت رکھتے ہین + بیشک ریچھون کو بھی مثل گوشت خوارون کے کینائن دانت یا کیلے ہوتے ہین جنکے بغیر وہ شکار کو پکڑ نہین سکتے - مگر برخلاف اسکے ریچھون کے انسائزر (کترنے یا کاٹنے والے دانت) میوہ خور حیوانات کی مانند ہوتے ہین +

اب انسان کے دانت اِن اقسام مین سے کس قسم کے ساتھ سب سے زیادہ مشابہت رکھتے ہین + اِس بارے مین شک کی گنجایش نہین - کیونکہ ہم آسانی سے دیکھ سکتے ہین کہ انسان کے دانت تقریباً بالکل میوہ خور حیوانات کے دانتون کے

[۱] مولر جسکی جمع انگریزی مین مولرز ہے وہ دانت ہین جو کہ کچلنے اور پیسنے کا کام دیتے ہین یعنی داڑھین +

مانند ہیں + انسان میں کینایں دانت یعنی کیلے اتنے لمبے نہیں ہو جاتے جتنے کہ میوہ خور حیوانوں میں اور دیگر دانتوں سے آگے کم نکلتے ہیں یا بالکل نہیں نکلتے۔ مگر یہ فرق غیر ضروری ہے + محض کینایں دانت کی موجودگی سے اکثر یہ نتیجہ نکالا گیا ہے کہ جسم انسان بھی گوشت[1] کی غذا کے کھانے کے واسطے بنایا گیا ہے + اگر انسان کے کینایں دانت وہی کام دے سکتے ہیں جو گوشت خور حیوانات کے کینایں دانت کر سکتے ہیں۔ اور اگر مثل ریچھوں کے ہمارے منہ میں کم سے کم چند پیچھے کے دانت گوشت کاٹنے کے واسطے ہوتے تب ہی ایسا نتیجہ نکالنا درست ہوتا +

اوپر کی تحقیقات سے جو نتائج ضروری ہم نکالتے ہیں وہ حسب ذیل ہیں۔

(۱) انسان کے دانت گوشت خور حیوانوں کے دانتوں سے نہیں ملتے لہذا وہ گوشت خور حیوان نہیں ہے +

(۲) انسان کے دانت ساگ پات کھانے والے حیوانوں کے دانتوں سے نہیں ملتے ہیں لہذا وہ ساگ پات کھانے والا حیوان نہیں ہے +

(۳) انسان کے دانت اُن حیوانوں کے دانتوں سے مطابق نہیں ہیں جو ہر ۳ قسم کی خوراک (گوشت میوہ و ساگ پات) پر بسر کرتے ہیں لہذا انسان ہر قسم کی خوراک کھانیوالا (اومنی وورس) حیوان نہیں ہے۔

(۴) انسان کے دانت پھل کھانے والے اُن بندروں کے دانتوں سے قریب قریب ٹھیک ملتے ہیں جو بندر کہ انسان سے مشابہت رکھتے ہیں لہذا یہ قرینہ غالب ہے کہ انسان پھل کھانے والی قسم کا جانور ہے +

---

[1] یہ دلیل اکثر گوشت خوری کے جانب دار اِن پیش کیا کرتے ہیں +

نتیجہ مذکورہ بالا دوسری شکل سے غلط طور پر اکثر یون پیش کیا جاتا ہے۔ "دانتون کی جانچ سے انسان نہ گوشت خوار اور نہ ساگ پات کھانے والا حیوان ہے بلکہ اِن دونون قسمون کے درمیان ایک بیچ کی حالت مین ہے لھذا وہ اِن دونون قسم کا حیوان ہے۔"
یہ کہنے کی حاجت نہین کہ یہ نتیجہ بروے منطق بالکل غلط ہے + درمیانی حالت کا خیال ایسا عام اور غیر متعلق ہے کہ اسکا اطلاق وہان نہین ہوسکتا جہان سائنس کے مطابق ثبوت درکار ہے۔ صرف علم ریاضی مین درمیانی حالت صاف سمجھ مین آتی ہے +
اب ہم کو اپنی دوسری گشت زرخیز میدان تحقیقات مین لگانے دیجئے اور حیوانات کے معدون کی طرف ہمکو اپنی توجہ مبذول کرنے دیجئے + گوشت خوار (شکاری و خونخوار) حیوانات مین شکم چھوٹا اور قریب قریب مدوّر ہوتا ہے اور آنتین بمقابلہ جسم کے سہ چند سے پنج گونہ تک زیادہ لمبی ہوتی ہین۔ جسم کی لمبائی مُنہ سے دُم کی جڑ تک شمار ہوتی ہے +
ساگ پات کھانے والے حیوانون کا بالخصوص جگالی کرنے والون کا شکم بڑی ترکیب سے بنا ہوا ہے اور جسم کی لمبائی سے ۲۰ گونہ سے ۲۸ گونہ تک زیادہ لمبی اونکی آنتین ہوتی ہین +
پھل کھانے والے حیوانات مین شکم بمقابلہ گوشت خوار حیوانات کے شکم کے کسی قدر زیادہ چوڑا ہوتا ہے اور اونکے شکم کا سلسلہ ڈواوڈینم مین ہوتا ہے جس کو شکم ثانی کہہ سکتے ہین جسم کی لمبائی سے دس گونہ سے بارہ گونہ تک زیادہ لمبی آنتین انکی (پھل کھانے والے حیوانات کی) ہوتی ہین + اپنے ٹومی کی کتب مین یہ اکثر بیان کیا گیا ہے کہ آنتون والی نالی انسان مین جسم کی لمبائی سے سہ چند سے پنجگونہ تک زیادہ لمبی ہوتی ہے اور اس وجہ سے گوشت کی خوراک کے واسطے زیادہ مناسب ہے +

نوٹ سلہ جسم کی چیر پھاڑ کے علم کو کہتے ہین +
نوٹ سلہ چونکہ آنتون مین ہو کر غذا گذرتی ہے اس وجہ سے خود انکو ایک نالی کہا ہے +

ایسا کہنا قدرت یعنی نیچر کو تہمت بر خود غلط (یعنی اپنی حکمت کو خود قطع کرنیوالی) کی لگاتا ہے کیونکہ بلحاظ دانتوں کے قدرت نے انسان کو عام لوگوں کی راے مین سب چیز (گوشت و میوے و ساگ وغیرہ) کھانے والا حیوان بنایا اور باعتبار انتون کے گوشت خور حیوان بنایا + مگر یہ اختلاف ظاہری ہی ہے + اس مقابلہ[1] مذکورہ بالا مین انسان کے جسم کی لمبائی سر کی چوٹی سے تلوے تک پیمایش ہوئی ہے۔ حالانکہ دیگر حالتون سے مطابقت کرنے کے لئے صرف منہ سے ریڑھ کی ہڈی کے آخر سرے تک پیمایش ہونی چاہیے + لہذا جو نتیجہ اخذ کیا گیا ہے وہ غلط ہے + انسان کی آنت کی لمبائی ۱۶ سے ۲۰ فیٹ تک ہے اور انسان کے قد پر اسکا انحصار ہے اور جسم کی لمبائی سر سے ریڑھ کی ہڈی کے آخر سرے تک ڈیڑھ فیٹ سے ڈھائی فیٹ تک ہے۔ اس تقسیم[2] سے قریب دس یا گیارہ کے خارج قسمت ہوتا ہے + لہذا دوسری بار پھر ہم اس نتیجہ پر پہونچتے ہین کہ انسان پھل کھانے والا جانور ہے۔

انہی تیسری منزل کے شروع مین غذا کے ساین پوسٹ[3] یعنی حواس خمسہ سے

---

[1] مراد ہے اُس مقابلہ سے جو کہ چند سطر اوپر سہ گوشہ سے پنج گوشہ تک کا درمیان جسم اور آنتوں کی نالی کے کتب تشریحات مین کیا ہے۔ [2] یعنی آنتوں کی لمبائی ۱۶ لغایت ۲۰ فیٹ کو ۱½ لغایت ۲½ فیٹ جسم کی لمبائی سے تقسیم کرنے پر ۱۰ یا ۱۱ جواب آتا ہے۔ اس سے معلوم ہوتا ہے کہ آنتین جسم سے ۱۰ یا ۱۱ گنی لمبی ہین + اور اس صفحہ کے شروع مین دوسرے فقرے مین کہا گیا ہے کہ پھل خور جانورون مین انتین بمقابلہ جسم کے ۱۰ لغایت ۱۲ گنی لمبی ہین۔ چونکہ انسان کی آنتون اور جسم مین بھی بہ لحاظ انکی لمبائی کے مناسبت تقریباً وہی ہے جو کہ پھل خور حیوانات کے جسم اور آنتون مین لہذا انسان بھی پھل خور ہوا +

[3] یہ الفاظ انگریزی ہین ساین بمعنی نشان پوسٹ بمعنی مقام۔ یعنی وہ چیز جو کہ کسی بات کا پتہ دیوے مثلاً آپنے ایسے مقامات پر جہان سے کہ کئی کئی راستے چند جگہون کو جاتے ہین اکثر ستونون پر تختیان لگی ہوئی دیکھی ہونگی جنپر کہ اُن مقامات کا جہان کو وہ راستے جاتے ہین پتہ لکھا رہتا ہی انکو ساین پوسٹ کہتے ہین + ۱۲

ہمکو مشورہ کرنا چاہیے + خاصکر ذایقہ اور شامہ کی قوتین ہی حیوانات کو اونکی خوراک کی طرف رہبری کرتی ہین اور ساتھ ہی اونکو کھانے کی ترغیب دیتی ہین + جب ایک شکاری جانور اپنے شکار کی بو پاتا ہے اوسکی آنکھین چمکنے لگتی ہین وہ ذوق وشوق سے شکار کے راستہ پر جاتا ہے اور اپنے شکار پر جھپٹتا ہے اور گرم خون کو ندیدہ پن کے ساتھ چپ چپ کرکے پی جاتا ہے اور بظاہر اوس کو اس کل کارروائی سے حد درجہ کی مسرت حاصل ہوتی ہے + ساگ کھانے والا حیوان بخلاف اسکے اپنے ہمجنسون کے پاس ہوکر بلا جوش و خروش گذر جاتا ہے اور زیادہ سے زیادہ کبھی کسی دیگر ہی سبب سے اونپر حملہ کرنے کے واسطے آمادہ کیا جاسکتا ہے۔ اوسکی قوت شامہ کبھی اوس کو گوشت خوری کی تحریک نہین کرتی وہ اپنی قدرتی خوراک کو بھی ترک کردے گا اگر اوسپر خون چھڑک دیا جائے + اوسکی بصارت اور قوت شامہ گھاس و ساگ کی طرف رہبری کرتی ہین اور گھاس وساگ، اوس کے ذایقہ زبان کو بھی خوش وسیر کرتی ہین۔ پھل کھانے والے حیوانات مین بھی یہی کیفیت ہم دیکھتے ہین۔ اونکے حواس اون کو کھیت اور درخت کے پھلون کی طرف رہنمائی کرتے ہین +

لیکن انسان کے حواس خمسہ کس طرح عمل کرتے ہین + کیا کبھی نگاہ اور شامہ کی قوتین انسان کو نرگاؤ کے ہلاک کرنے کی طرف تحریک کرتی ہین ؟ کیا انسان کے بچہ کو جینے جانورون کے ہلاک کئے جانے کا حال کبھی نہ سنا ہو۔ گو کہ گوشت اوسنے پہلے کھایا بھی ہو۔ ایک فربہ راس (نرگاؤ) کو دیکھ کر یہ خیال پیدا ہوگا کہ " یہ راس ہمارے واسطے ایک لذیذ طعام ہوگا " ؟ محض اُس وقت ایسے خیالات ہمارے دل مین پیدا ہوسکتے ہین جب کہ ہم اپنے ذہن مین باہم زندہ جانور کے اور اوس کباب کے

جو دستر خوان پر آتا ہے تعلق کو قایم کر سکین - یہ خیالات ہمکو نیچر نہین دیتی یعنی ہم مین فطرتی یا خلقی نہین ہوتے +

ہلاک کرنے کا محض خیال ہی ہمارے حواس کو کرہیہ معلوم دیتا ہے اور کچا گوشت نہ آنکھ کو نہ ناک کو خوشگوار رہتا ہے + ہمارے شہرون سے دور دور کیون مذبح بنائے جاتے ہین ؟ بہت مقامون پر گوشت کے بلا ڈھکے ہوئے لیجانے کے بارے مین ممانعت کے قواعد کیون بنے ہین ؟ کیا واقعی اسکو (گوشت کو) قدرتی غذا کہہ سکتے ہین - درحالیکہ آنکھ اور ناک دونون کو یہ اسقدر ناگوار ہے - ؟

کھائے جانے سے پہلے گوشت کو بذریعہ مصالحون کے ذائقہ اور شامہ کے حواس کے واسطے مرغوب بنانے کی ضرورت ہوتی ہے - اگر فی الحقیقت یہ حواس پہلے سے غیر معمولی درجہ تک سست نہ ہوگئے ہون + بخلاف اسکے میوہ (پھل) کی خوشبو کو کس قدر مفرح اور خوشگوار ہم پاتے ہین + واقعی یہ اتفاق کی ہی بات نہین کہ پھلون و میوہ جات کی نمائشون مین نامہ نگاران تقریباً ہمیشہ اپنے دل کی کیفیتین اس مقررہ فقرہ سے ظاہر کیا کرتے ہین یعنی کہ - "پھلون کے دیکھنے سے ہی منہ مین پانی بھر بھر آتا ہے" یہ کہا جا سکتا ہے کہ بہت سے غلہ کے اجناس بھی خوشگوار بو گو کہ خفیف بو - اور نیز خوشگوار ذائقہ - خامی کی حالت مین رکھتے ہین + غلہ کو کاٹ کر جمع کرنے اور پکانے مین کوئی کراہت ہمکو نہین معلوم ہوتی اور دیہات کا انسان درجہ کے ساتھ ہی خوش اور قانع دہقان کہا گیا ہے + لہذا ہمکو بار سویم بھی ضرور یہ نتیجہ نکالنا چاہیئے کہ انسان فطرت سے ضرور پھل کھانیوالا حیوان ہے +

منزل چہارم مین جب ہم قدرت کی حکمت اور انتظامات دربارہ افزایش نسل کو بغور دیکھتے ہین اور اُنکا امتحان کرتے ہین تو نظری تحقیقات بہت زیادہ مشکل پائی جاتی ہین +

پیدائش[ل] کے وقت جملہ حیوانات ایک ایسی غذا مہیا پاتے ہین جو اونکی جلد بالیدگی مین ممد ہے + نوزائیدہ بچہ کے واسطے بلا شک ماں کا دودھ ہی قدرتی غذا ہے + اور اس موقع پر ہم یہ دیکھتے ہین کہ بہت سی ماؤن کو دودھ پلانے کی قابلیت اس باعث سے نہین ہوتی کہ بچہ کے واسطے غذا پیدا کرنے کے لایق اونکے جسم کی حالت نہین ہوتی + یہ بات خاصکر قابل افسوس ہے کیونکہ ایسے بچے ابتداے عمر سے ہی حواس کے اثرون کے قدرتی پیمانہ یا معیار سے محروم رہ جاتے ہین - کیونکہ قدرتی خوراک سے کوئی انسان کی ایجاد کی ہوئی غذا ہر بات مین مشابہ نہین ہوسکتی ہے - تجربہ ظاہر کرتا ہے کہ "اعلے مرتبہ کے لوگون مین جنکی غذا خاص گوشت ہے اونمین عورات کو یہ شکایت زیادہ ہوتی ہے - اور مجبورًا وے دیہات سے جہان کہ گوشت کی خوراک کمتر استعمال ہوتی ہے دائیون کو بلاکر نوکر رکھتے ہین + دایہ بعد نوکر ہونے کے معمولًا اسی خوراک پر بسر کرتی ہے جو قصبہ والے اور اس گھر کے اور لوگ کھاتے ہین - اسکا نتیجہ کمتر نہین بلکہ اکثر یہ ہوتا ہے کہ اون کی قابلیت بچہ کو دودھ پلانے کی جاتی رہتی ہے + بحری سفرون مین جنکے آنے کی بچی ہوئی ایسی ان عورات کو جو دودھ پلاتی ہین دی جاتی ہے - کیونکہ اس خوراک سے جو جہاز مین معمولًا مہیا ہوتی ہے بوجہ گوشت کے جزء کثیر ہونے کے اونکی چھاتی مین دودھ جلد خشک ہوجاوے گا +

ان تجربون سے یہ نتیجہ نکلتے ہین کہ گوشت ماں کے دودھ[الف] کے پیدا کرنے مین کم مدد دیتا ہے

نوٹ[ل] یعنی دنیا مین داخل ہونیکے وقت ۱۲ نوٹ[الف] یہ نوٹ مصنف کا ہے وہ کہتا ہے کہ ہمارا مطلب یہ نہین ہے کہ نباتاتی غذا پر بسر کرنے سے ہر ایک ماں اپنے بچہ کو اپنا دودھ پلاکر پرورش کر سکے گی اس غرض کے لئے ایک وجہ تندرستی کی بھی ضرورت ہے جو کہ دفعتًا حاصل نہین ہوسکتی ہے

یا بالکل کچھ مدد نہین دیتا ہے +

لہذا بار چہارم بھی اس نتیجے کے نکالنے پر ہم مجبور ہین کہ انسان قدرتی طور پر پھل کھانے والا حیوان ہے +

اگر یہ نتیجہ صحیح ہو تو ضرور یہ بات نکلتی ہے کہ بنی نوع انسان کا بیشتر حصہ قدرتی خوراک سے کم وبیش الگ اور گمراہ ہوگیا ہے + مخلوقات قدرت اپنی قدرتی غذا سے منحرف ہوگئے ہین + یہ بات سُننے مین عجیب معلوم ہوتی ہے اور ثبوت مزید کی محتاج ہے کیا یہ ممکن ہے کہ دیگر جاندار بھی اسی طرح اپنی قدرتی خوراک کو چھوڑ سکتے ہین - اور ایسا کرنے کے کیا نتائج ہوتے ہین ؟ آگے چلنے سے پہلے اس سوال کا جواب دینا ضروری ہے + ہم بخوبی آگاہ ہین کہ کتے اور بلیاں نباتات کی خوراک کے عادی ہوسکتے ہین لیکن کیا ہم نباتات کھانے والے حیوانات کے گوشت خور بن جانے کی مثالین بھی پیش کرسکتے ہین ؟ ایک بار ایک نہایت دلچسپ واقعہ کے دیکھنے کا مجھے اتفاق ہوا تھا + ایک خاندان مین ایک ہرن کا بچہ پالا گیا جو گھر کے کتے کا جلد یار بنگیا + ہرن کے بچے نے کتے کو گوشت کا شوربہ زبان کے ذریعہ سے پیتے ہوے اکثر دیکھا - اور حاضری کے اوقات پر اپنا حصّہ بھی لینے کی اُس نے جلد کوشش کی + اول وہ شوربہ کے ذائقہ سے ہی باظہار نفرت ہمیشہ مُنہ پھیر لیتا تھا - لیکن اوس نے بار بار کوشش کی اور چند ہی ہفتون مین اپنا حصہ مزہ کے ساتھ کھانے لگا + اور چند ہفتون مین وہ گوشت بھی کھانے کے لائق ہوگیا اور گوشت کو بالآخر اپنی قدرتی خوراک سے زیادہ پسند کرنے لگا +

لیکن اس خوراک کے نتائج جلد نمایاں ہوئے - وہ جانور بیمار پڑا اور ایک برس کی عمر کا ہونیسے پہلے ہی مرگیا + مین یہ بھی کہے دیتا ہون کہ یہ بچہ ہرن بند کرکے نرکھا گیا تھا بلکہ باغ

اور جنگل مین آزادانہ دوڑتا پھرتا تھا۔

ہم یہ بھی جانتے ہین کہ پھل کھانے والے بندر بآسانی۔ بحالت مقید رہنے کے۔ گوشت کی خوراک کے عادی ہو جاسکتے ہین۔ لیکن ایسا کرنے سے معمولاً ایک یا دو سال مین ہی بعارضہ دق یا سل مر جاتے ہین + یہ موت معمولاً آب و ہوا کے باعث بیان کی جاتی ہے۔ لیکن چونکہ منطقہ حارّہ کے رہنے والے دیگر حیوانات ہمارے طبقہ مین بخوبی فروغ پاتے ہین۔ اسکا ماننا جایز ہو گا کہ خلاف نیچر کے خوراک یعنی خلقی عادت کے خلاف جو خوراک استعمال ہوئی اوسکا ہی خاصکر قصور ہے + جو تحقیقات مین حال مین کی گئی ہین وہ بھی اس راے کی تصدیق کرتی ہین +

لہذا یہ تحقیق ہے کہ حیوانات اپنی قدرتی غذا سے منحرف ہو جاسکتے ہین اور اس لئے یہ قیاس اور بھی غالب ہو جاتا ہے کہ انسان مین سے ایک بڑے حصہ نے قدرتی غذا سے انحراف کیا ہے + لیکن اگر ایسا ہوا ہے تو اس کے نتائج بھی ہمکو ضرور ظاہر ہو جانے چاہئین یعنی بیماریان ضرور ظاہر ہوئی چاہئین یا ظاہر ہو چکی ہین +

اگر ہم صحیح طور پر دریافت کرین کہ کتنے انسان ایسے ہوئے ہین جنکو طبیب کی ضرورت کبھی نہین ہوئی تو مجکو یقین ہے کہ بہت ہی کم انسان ایسے ملین گے + اور کتنے انسان ایسے ہین جو واقعی پیری کے باعث موت کو پہونچتے ہین ؟ ایسے انسان اسقدر کم ہین کہ اخبار والے معمولاً اونکے حالات قلمبند کیا کرتے ہین۔ بہت ہی کم انسان ایسے پائے جاتے ہین جن مین مادۂ فاسد کا بار نہین ہے + عام طور پر دیہات کے زیادہ تر پھل کھانیوالے انسان اگرچہ پورے طور پر قاعدۂ قدرت کے موافق زندگی بسر نہین کرتے اس امر مین زیادہ خوش نصیب ہین۔ اور گو کہ تازہ ہوا اپنا کام کرے تاہم خوراک

یہاں اصلی باعث ہے + اگرچہ یہ تحقیق ہے کہ ہماری تندرستی کی خرابی جزاً اور دیگر اسباب سے پیدا ہوتی ہے لیکن جانورون کے ساتھ مقابلہ کرنے سے ہم معلوم کر سکتے ہین کہ خوراک (تندرستی کی خرابی کا) سب سے زیادہ ضروری باعث ہے مثلاً اصطبل مین جو جانور بند رکھے جاتے ہین وہ نہایت ہی ناموافق حالت صفائی مین رہتے ہین جو کہ ہمارے خیال مین آسکتی ہے۔ اپنے غلیظ سے نکلی ہوئی ہواؤن کو لگاتار سانس کے ذریعے اندر لیجانے پر وہ مجبور ہوتے ہین۔ اور آزادانہ جسم کی ورزش سے وہ تقریباً بالکل محروم کئے جاتے ہین + اس سبب سے قدرتی طور پر وے ضرور بیمار ہو جاتے ہین اور یہ فرض کیا جا سکتا ہے کہ ایسی مویشی کبھی پوری تندرست نہین ہوتین لیکن باوصف ان ناموافق صفائی کی حالتون کے جانورون مین بیماریان اتنی کثرت سے نہین پھیلی ہوئی ہین جتنا کہ انسان مین۔ حالانکہ انسان ان سب باتون مین اپنی خبرگیری زیادہ اچھے طور پر کر سکتے ہین اور کرتے ہین + لہذا تندرستی کی خرابی کا الزام خاصکر خوراک پر ضرور لگانا چاہیئے +

اب ہم اسقدر کافی دور تک پہونچ گئے کہ آخری قدم بڑھاوین اور عملی طریقہ سے اپنے اخذ کئے ہوسے نتائج کی صحت خواہ غلطی کو ثابت کرین + دونون اعتراض کی جانچ جو اکثر پیش کئے جاتے ہین ہم ایک ساتھ ہی کر سکتے ہین + اول یہ کہ بوجہ اپنی اعلےٰ تر ساخت جسم کے انسان اُن قاعدون کا تابع نہین ہے جو اُس سے نیچے درجہ والے حیوانات کے واسطے ہین + اور دویم اعتراض یہ ہے کہ گوشت کی خوراک کے مدت کے استعمال سے انسان کے جسم نے (ڈارون صاحب کے موافقت کے اصول کے مطابق) نئی غذا کے ساتھ شاید موافقت کر لی ہے + اس دوسرے اعتراض کے پھر

دو حصے کئے جاتے ہین۔ اول یہ کہ کل نسل انسان اس کارروائی موافقت کے زیر اثر آگئی۔ اور دوم یہ کہ کم سے کم بالغ انسان اُس خوراک کو جسکے وہ عادی ہوگئے ہین بلا اندیشہ کے ترک نہین کرسکتے +

بچون اور بڑون کے ساتھ جو عملی امتحانات کئے جاوین اُن سے اِن سب سوالات کے جواب قطعی طور پر دئے جاسکتے ہین + اور ایسے عملی امتحانات بہت سے اب تک ہوچکے ہین۔ اونکے نتیجے مختصراً مین اس موقعے پر بیان کرونگا۔ کئی گھرون مین بچے پیدائش سے ہی بلا خوراک گوشت کے پرورش کئے گئے ہین اور اُن کی بالیدگی کو غور سے برابر دیکھنے کا کام مینے خاص اپنے ذمہ لیا ہے + مین اطمینان سے کہہ سکتا ہون کہ عملی تجربون کا نتیجہ قطعی طور پر مفید بحق **قدرتی خوراک** (خوراک جسمین سے گوشت خارج کردیا گیا ہے) ہوا ہے + یہ بچے جسم اور دماغ دونون مین بلحاظِ فہم۔ ہمت خواہ مزاج عجیب طور سے بڑھے +

اِس سے مجھے تحریک ہوئی ہے کہ چند خاص باتین درستی اخلاق کی تعلیم پر کہون + یہ تعلیم کا سوال روزمرہ کی بحث مین داخل ہے۔ نوجوانان کی بدچلنی کا افسوس ہر روز زیر بحث رہتا ہے + اب فرماسے کہ نیک چلنی کا سب سے زیادہ خراب دشمن کون ہے؟ جملہ مذاہب کے پادریون سے دریافت کیجئے۔ فلاسفرون سے اور اخلاق پر نصیحت و تعلیم دینے والے استادون سے پوچھئے تو آپ کو ہمیشہ یہی جواب ملے گا کہ "وہی خواہشات نفسانی[1]" + اِن خواہشات کے فرو کرنے کے واسطے غیر معمولی تکلیف اوٹھائی جاتی ہے

نوٹ [1] یعنی خواہشاتِ نفسانی سب سے زیادہ خراب دشمن نیک چلنی کی ہین + ۱۲

لیکن زیادہ تر خلاف قدرت تدبیرون[1] کے ذریعہ سے۔ مثلاً بذریعہ ازحد فاقہ کشی و تازیانہ کی سزا دیکر۔ اور بذریعہ اُس قید کے جو جسکو یاد ریون کے عمل مین آتی ہے وغیرہ وغیرہ۔ اور پس بغیر زیادہ اثر[2] کے + لیکن جس طرح کہ سپہ سالار غنیم کو جلد اور بلا خطا کے اس تدبیر سے تسخیر کر سکتا ہے کہ جنگ کی ترتیب مین غنیم کی فوج کو آراستہ نہونے دے۔ پس یہی حالت تعلیم کرنے والے کی ہے + اگر وہ خواہشات نفسانی کی افزایش کو روک دے تو نیک چلنی کا دشمن عظیم مغلوب ہو جاتا ہے۔

اس مقصود کے حصول کا ایک اعلےٰ ذریعہ یہ ہے کہ بچّون کی پرورش غیر محرک اور قدرتی غذا پر کرین + ان باتون کی تصدیق امتحانات عملی سے ہو گئی ہے اور یہ امر ایسا زیادہ مفید اور ضروری ہے کہ جتنا زور اوسپر دیا جاے اُتنا ہی کم ہے +

خواہشات نفسانی سے بری ہونا اور اوسکے باعث جو قرار دل کہ حاصل ہوتا ہے۔ یہ دونون اسی طرح عمدہ قسم کی دماغی تربیت کے واسطے مضبوط بنیاد ہوتے ہین + ہر حکیم (علم روح کے محقق) کو معلوم ہے کہ دماغی مستعدی و غور کامل و تجویز صائب کیواسطے سنتوش یعنی قناعت سب سے زیادہ مفید ہے اور یہ آسودگی خاطر بجز خوراک نباتاتی کے اور کسی ذریعہ سے ایسی پوری طور پر حاصل نہین ہو سکتی ہے +

اگرچہ مین بخوشی اس مضمون پر زیادہ تحریر کرتا مگر افسوس کہ اس مضمون کو یہان ضرور ختم کرنا چاہیئے کیونکہ آپکی دیر تک سمع خراشی کا اندیشہ ہے۔ پھر بھی یہ ضروری ہے کہ

نوٹ [1] یعنی زیادہ تر خلاف قدرت تدابیر سے خواہشات نفسانی کے فرو کرنے کی کوشش کیجاتی ہے +

نوٹ [2] یعنی طریقے خلاف قدرت عمل مین لائے جاتے ہین اس لئے اثر بھی زیادہ نہین ہوتا + ۱۲

ہم اُن بہت سے عملی تجربوں پر ذرا غور کریں جو بڑی عمر والے انسانوں کے ساتھ ہوئے ہین اور ہم لوگ قدرتی طریقہ معاشرت کے پیروکاران بطور مثالوں کے آپکے سامنے موجود ہین + جو شاید سے ہمنے اس تحقیقات سے حاصل کئے ہین جلد اس امر سے معلوم ہو سکتے ہین اور سمجھ مین آسکتے ہین کہ ہم اس طرز معاشرت کے صدق دل سے پیرو ہوگئے اور ابتک پیرو ہین + مین یہ بھی تحریر کرونگا کہ آپکو بھولنا نہ چاہیئے کہ نباتات کی خوراک کھانے والے بہت سے لوگ سخت بیماری کے باعث اس اپنی نباتاتی خوراک کے اختیار کرنے پر مجبور ہوئے ہین + اگرچہ وے خود اس مین خوش ہین کہ اسکے ذریعہ سے اچھی خاصی تندرستی کی حالت اونکو پھر حاصل ہوسکی ۔ اسمین شک نہین کہ یہ توقع نہین کی جاسکتی ہے کہ وے سب مضبوط اور سرخ و سپید رنگ کے ہوجاوین ۔ بہت تو اس حالت تندرستی کو بھی پہونچ جاتے ہین اور بعض دیگر نہین پہونچتے ہین + مثلاً تھیو ڈوربان صاحب کی حالت کو لیجئے بعمر ۲۹ سال وہ قبر مین پیر لٹکا چکے تھے اور ڈاکٹرون نے کہدیا تھا کہ اونکو شفا ہونا غیر ممکن ہے + قدرتی خوراک کی مدد سے اوسط درجہ کی حالت صحت اونکو حاصل ہوگئی اور تیس سال اور وہ زندہ رہ سکے + تجربہ اس عمل کا یقیناً بغیر گوشت کی خوراک کے حق مین ثابت ہوا ۔ پس واقعی حیرت ہوتی ہے جبکہ ہمارے مخالفین بڑی خوشی کے ساتھ نعرہ بلند کرتے ہین کہ "دیکھو وہ[1] صرف ۵۹ برس کی عمر تک ہی زندہ رہا" +

بلا دوا اور بغیر عمل جراحی کے اس جدید طریقہ معالجہ کے علم نے غیر محرک

نوٹ[1] اشارہ ہے طرف تھیو ڈوربان صاحب کے ۱۲ +

غذا کا قدرتی غذا ہونا اور ہر شفا کے کامل کے واسطے قطعًا ضروری ہونا ثابت کر دیا ہے + تجربہ نے بھی یہ ثابت کر دیا کہ شفا ہمیشہ زیادہ جلد ہوتی جاتی ہے اگر پوری پوری غیر محرک غذا کا استعمال جاری رکھا جاوے + جو لوگ گوشت اور شرابوں کے ترک کرنے پر اپنے دل کو آمادہ نہیں کر سکتے وے اپنی شفا میں دیر لگاتے ہیں + سبب یہ ہے کہ اپنے جسم کے اندر وے لوگ برابر جدید مادہ فاسد داخل کرتے جاتے ہیں جس کو کہ پھر خارج کرنا ضرور پڑے گا + لہذا عارضہ کے پیدا کرنے کی طرف طبیعت کا رجحان کبھی دور نہیں ہوتا +

جو لوگ اوسط درجہ تندرست ہیں وہ اپنے جسم پر اس مزید عمل کا بار ڈال سکتے ہیں گو کہ ایسا کرنا ہمیشہ اونکے ہی واسطے مضر ہوتا ہے + مگر جو شخص کہ اپنی تندرستی پھر حاصل کرنا چاہتا ہے اُس کو اپنی کل قوت جسمانی کی مدد مادہ فاسد کے اخراج کے واسطے درکار ہے۔ اور تجربہ سے ظاہر ہوتا ہے کہ یہ قوت صرف غیر محرک غذا سے ہی حاصل ہو سکتی ہے + مروجہ خوراک مرکب اس بات کے لئے کافی ہے کہ جواب اس سوال کا دیوے کہ کیوں ہمکو ہر طرف بیماری اور روگی پن نظر آتے ہیں +

لیکن اب آپ تفصیل کے ساتھ دریافت کرینگے کہ کیا کیا اشیا ہم کو کھانی اور پینی چاہئیں پینے کی اشیا کے بارے میں ہمکو ایک دفعہ پھر اس میدان تحقیقات کی طرف مراجعت کرنی چاہیئے + بجز انسان کے اور کوئی حیوان ہم کو ایسا نظر نہیں آتا جو کہ سوا پانی کے اور شے کو اپنی تشنگی رفع کرنے کے واسطے خلقی طور پر پسند کرتا ہو اور یہ بات قابل غور ہے کہ حیوانات تقریبًا ہمیشہ آب رواں کو تلاش کرتے ہیں اور ندی اور نالوں سے پانی پینا بمقابلہ پہاڑوں سے نکلتے ہوئے چشموں کے

زیادہ پسند کرتے ہین۔ اور یہ بات اس مشتبہ واقعہ کے مطابق ہے کہ جس پانی پر سورج کی کرنین پڑی ہین اور جو پتھر کے ٹکڑون[ا] پر بہتا آیا ہے وہ چشمہ کے تازہ پانی سے بہتر ہوتا ہے۔ علاوہ ازین جو حیوانات رس دار اشیاء خوراک کھاتے ہین وہ پانی کم پیتے ہین اور خود انسان کو بہت کم پیاس لگتی ہے اگر وہ اپنی خوراک مین رس دار پھلون کو ترک نہین کرتا ہے + لیکن جب اُس کو پیاس کی ضرورت ہو تو اوس کے واسطے پانی ہی قدرتی پینے کی شئے ہے + اگر پھلون کے عرق پانی کے ساتھ ملائے جاوین تو وہ بھی آسانی سے انسان کو ضرورت سے زیادہ پینے کی تحریص کرین گے بالخصوص جبکہ اومین شکر زیادہ شامل ہو +

اگر ہم بیماری سے بَری ہونا چاہتے ہین تو یہ ضروری ہے کہ اوسی شئے پر جو نیچر نے ہمارے لیئے پینے کو بنائی ہے قناعت کرین۔ اور محض پانی سے ہی اپنی پیاس بجھایا کرین۔

لیکن ہمکو کیا کیا کھانا چاہیئے ؟

نیچر یعنی قدرت میوہ جات کی طرف اشارہ کرتی ہے لہذا پھلون اور میوون کی خوراک سب مین بہتر ہے + جملہ قسم کے پھل و میوے و غلّے کی اجناس وجملہ قسم کے چھوٹے[۲] پھل اور کندمول جو نگاہ و شامہ اور ذائقہ کو مرغوب ہین ہماری خوراک کا کام دے سکتے ہین + کرۂ زمین کے سب طبقون اور ملکون مین باستثناے ازحد سرد حصّون کے یہ اشیائے خوراک بافراط ملتی ہین + آخرالذکر (یعنی ازحد سرد حصّے) انسان

نوٹ [ا] واضح رہے کہ پہاڑون سے نکلے ہوئے دریاؤن کا ریت بھی پتھر کے ہی باریک ریزے ہین +
نوٹ [۲] اصل لفظ انگریزی مین جو آیا ہے اُس سے مطلب ہے کہ ایسے پھل جسمین کہ لفظ بری آخر مین آیا ہے۔ مثلاً اسٹابری۔ رس بھری وغیرہ وغیرہ +

کی آبادی کے لیئے موزون نہین ہین اور وہان کے باشندے جسم کی بالیدگی مین کم اور دماغی ترقی مین پست پائے جاتے ہین +

جہانتک ممکن ہو قدرت کے عطیئے اونکی صورت اصلی مین کھانے چاہئین + بیشک یہ بات بوجہ ہماری تندرستی کی بگڑی ہوئی حالت ہونے کے بالخصوص دانتون کی خراب حالت کے اکثر آسان نہین ہوتی ہے + لیکن عموماً یہ مفید ہوتا ہے کہ حتی الامکان سب مصالحہ جات سے اور اشیا کے مقطرات وجوہرات سے پرہیز کیا جاوے - کیونکہ غذا کا ایسی حالت مین (یعنی حالت مقطرات وجوہرات مین) ہونا نیچر کے خلاف ہے - غذا ایسی حالت مین ہمکو کچھ نہین بخشتی ہے + تیز مصالحہ جات کا اور اگر ممکن ہوسکے نمک کا شامل غذا کرنا بھی لایق ترک ہے +

فی زمانہ غذا بیجا طریقے سے پکائی جاتی ہے - مثلاً پانی جو کہ جوش دینے کے واسطے استعمال کیا جاتا ہے اور جو کہ غذا مین سے اُس کا ایک بڑا قوت بخش حصہ جذب کرلیتا ہے معمولاً پھینک دیا جاتا ہے - پھر ترکاریان جنکا پانی بعد جوش کے پھینک دیا گیا ہے ہمارے دسترخوان پر پیش کیجاتی ہین + یہ سراسر غلط طریقہ ہے + یہ چاہیئے کہ ترکاریان بہت کم پانی مین جوش دی جاوین یا بھاپ مین پکائی جاوین اور پانی جواون مین جذب ہوگیا ہے نہ نکالا جاوے + مختلف اشیا کی طیاری کے طریقے کے بارے مین ترکاری و ساگ پکانے کی بہت سی کتب مین سے بعض کو ملاحظہ کرنے کی آپ سے مین بادب درخواست کرتا ہون - اڈ - بالٹنر صاحب کی مجریہ کتاب (قیمت ایک شلنگ چھ پنس) کا حوالہ دیا جاسکتا ہے -

لیکن یہ خیال کرنا صحیح نہوگا کہ جو غذائین اوسرا بیان ہوئی ہین اون مین سے ہرایک

کھانا بیماروں کے واسطے قابل سفارش ہے + ٹوٹی ہاتھ سے کوئی شخص اپنا معمولی کاروبار انجام نہین دے سکتا ہے - اسی طرح ضعیف معدہ اور بگڑا ہوا ہاضمہ کسی غذا کو صحیح طور سے ہضم نہین کر سکتا ہے + معدہ خود ہی خوب بتلا سکتا ہے کہ کیا شئے وہ ہضم کر سکتا ہے شکم مین درد یا ریاح یا ڈکارین یا مُنہ کا ذائقہ ترش ہونا یا کسی اَور خلل معدہ کا پیدا ہونا اسکی دلیل ہے کہ ہمنے کھانا بہت زیادہ کھالیا ہے یا کوئی ناموافق غذا کھائی ہے مریض اگر غور سے دیکھے تو اُس کو خوب جلد معلوم ہو جاوے گا کہ اوسکے لئے کیا شئے مفید ہے اکثر مریضوں کے واسطے شروع مین بہترین غذا بغیر چھنے[1] ہوسے موٹے آٹے کی روٹی ہوتی ہے بشرطیکہ اُس کو باحتیاط اور خوب چباچبا کر کھایا جاوے + اگر یہ ہضم نہو سکے - تو بلا چھنے گیہوں کے آٹے کو بہت نفع کے ساتھ کھا سکتے ہین - کیونکہ بھوسی ملا آٹا جب ہی نگلا جا سکتا ہے جب کہ مُنہ کا لعاب اوس مین بخوبی ملا لیا جائے + پس مریض کو اوسکے زیادہ کھا جانے کا ڈر نہین ہے + مریض کے لئے دو باتون کا یعنی کھانے مین اعتدال کا اور مناسب غذا کے انتخاب کا خیال رکھنا بہت ضروری ہے + مریض کے لئے نہایت مفید اور پرہیزی غذا سے بھی نقصان ہوتا ہے اگر اوس کو زیادہ آزادی[2] کے ساتھ کھاوین +

بیمار کے واسطے جئی کے آٹے کا شوربہ یا لپسی نہایت مناسب غذا ہوتی ہے اوس کو گاڑھا کر لینا چاہیئے اور کوئی شئے بجز قدرے نمک اور بغیر جوش کئے ہوئے تازہ دودھ

نوٹ [1] اُس آٹے سے جو کہ معہ چوکر کے ہوتا ہے مراد ہے +

نوٹ [2] مثلاً کسی مریض کو ایک سیب بہت نفع بخشے تو ممکن ہے کہ دو سیب اُسکو ازحد نقصان کرین +

سکے اُس مین نہ ملانی چاہئیے + ٹھنڈا اور بلا جوش کیا ہوا دُودھ پینا چاہیے۔ اور کسی طرح دُودھ نہ کھانا چاہیئے لیکن پہلے یہ دیکھ لو کہ بُو اور ذایقہ مین وہ ناگوار تو نہین ہے۔ اگر بُو اور ذایقہ مین ناگوار ہو تو وہ غذا کے واسطے نامناسب ہے + یہ مت خیال کرو کہ جوش کرنے سے دُودھ بہتر ہو سکتا ہے۔ جوش کیا ہوا دُودھ زیادہ مشکل سے ہضم ہوتا ہے کیونکہ دیر سے سڑتا ہے اور اجزا سے مضر صحت اوس مین سے بذریعہ جوش کرنے کے نہین نکلتے ہین بلکہ بعد جوش کے بھی اوسمین رہتے ہین + لہذا بطور طاقت بخش غذا کے اوسکی قدر کمتر ہے اور اگر وہ بہت فائدہ کرے تو جسم کو بغیر مضبوطی بخشے ہوے فربہ کر سکتا ہے + کھانا کھانے کے وقت تازہ میوے کھائے جائین +

اگرچہ یہ نہایت ضروری نہین ہی تاہم اگر تبدیل غذا کو جی چاہے تو غذا کے طور پر ہم چانول۔ جو وغیرہ اور بتلا سکتے ہین۔ سبز ترکاریان مثلاً گوبی۔ اسپیرگس اور اُبلے ہوے پھلون کو اونمین شامل کرکے اونکو مزیدار کر سکتے ہین۔ پورے تندرست لوگون کے لیئے یا اونکے لیئے جو معمولاً تندرست ہین بہت سی اشیائے خوردنی دستیاب ہو سکتی ہین + کھانے بنانے کی مذکورہ بالا کتابون مین سے کسی ایک پر بھی ایک نظر ڈالنے سے ہر شخص کو یقین ہو جاے گا کہ غذاون کی کمی سے اوس کو تکلیف نہین اوٹھانا پڑے گی +

اس غرض سے کہ غلط فہمی پیدا نہو مین پھر اس امر کی طرف توجہ دلاتا ہون کہ جو شخص بیمار ہو خاصکر جس کو سخت بدہضمی کی شکایت ہو۔ اوس کو محض نہایت ہی سادہ غذا کھانی چاہیئے۔ اور وہ صرف ایسی غذا ہونی چاہیئے جس کو پورے طور پر چبانے کی ضرورت ہو۔ ایسے مریض کے واسطے گیہون کے بلا چھنے یعنی معہ چوکر کے آٹے کی روٹی اور پھل

سب سے اچھی خوراک ہے۔ ذائقہ کی طرف توجہ اُس وقت تک نہ کیجاوے جب تک کہ تندرستی مین ترقی نہ ہونے لگے +

بعض لوگون کو مین یہ سوال کرتے سُنتا ہون۔ لیکن کیا یہ ذائقہ مین اچھا لگتا ہے؟ ؟ کھانے مین مزہ کہان سے آتا ہے؟ غذا سے تیزی کا اثر جو زبان (ذائقہ) کی رگون پر (گِرد فوری شروز پر) پیدا ہوتا ہے اُس سے مزہ معلوم ہوتا ہے + اسی تحریک یا تیزی کے اثر کا مقابلہ دیگر اثرون سے جنکے ہم عادی ہین کیا جاتا ہے۔ اور پچھلے تجربہ کے جسقدر کہ یہ مطابق ہو اوسی قدر مسرت یا مزہ ہمکو معلوم ہوتا ہے شاذ و نادر اس مزہ کو ہم قدرے زیادہ کر لیوین تو وہ اور بھی زیادہ مزہ دیتا ہے + لیکن اگر یہ اکثر اور بار بار کیا جاوے تو اسکے ہم عادی ہو جاتے ہین اور زیادہ خوشی پھر اُس مین حاصل نہین کر سکتے + لہذا جب ہی ہم اعلےٰ درجہ کے اور کمیاب لذیذ اشیا کے عادی ہو جاتے ہین تو وسے اعلےٰ درجے کی اور کمیاب لذیذ اشیا ہم کو اُتنا ہی حظ بخشتی ہین جتنا کہ پیشتر والی ادنےٰ درجہ کی اشیاء دیا کرتی تھین نہ کہ اُن سے زیادہ۔ اور یہ پہلی اشیا اسقدر لطیف اور گران نہ تھین + اور ان مین یہ اور نفع ہے کہ رگون کو بغرض حصول لذت غیر معمولی تحریک کرنے کی ضرورت نہین ہوتی +

اور کیا مین ان نتائج کی جو شروع مین بیان کئے گئے ہین آپکو دوبارہ یاد دلاؤن؟ وہ خلاف فطرت ہی خوراک تھی جسنے کہ انسان مین مادہ فاسد کا بار پیدا کیا۔ قدرتی خوراک

نوٹ سلہ اس جگہ سے اسکے ماقبل کے سوال کا جواب شروع ہوتا ہے +

اُس مادہ کو جسم مین داخل نہین کرتی اور اگر پیدا بھی کرتی ہے تو صرف اونھین لوگون مین جو اُس کو بخوبی ہضم نہین کر سکتے یا جو خورش مین اعتدال نہین رکھتے + اگر مادۂ فاسد کو ہم رفع کر سکین تو قدرت کے مطابق غذا کا استعمال اس بات کا ذمہ کرتا ہے کہ ہم آیندہ تندرست رہ سکتے ہین بشرطیکہ دیگر شرائط متعلق تندرستی مین بالکل غفلت نہ کیجاے +

قدرت یا خلقت کے موافق طرز زندگانی ہونے سے جو فوائد کثیر کہ انسان کو مفرداً یا مجموعی طور پر مثل خاندان یا کل قوم کے حاصل ہوتے ہین وہ سب ملک مین ہر جگہ جلد معلوم اور مشہور ہو جاوین یہی مصنف کی خواہش دلی ہے +

بغیر چھنے ہوے آٹے[ل] کی عمدہ روٹی بنانے کے لئے ہدایتین

جنکے مطابق لوئی کوہنی نے ۱۸۸۶ء سے عمل کیا ہے

بلا چھنا گیہون یا کسی اور غلہ کا آٹا (گرم ملکون مین باجرے[ک] کا آٹا ہمراہ گیہون یا چاول وغیرہ کے آٹے کے) تین پونڈ ایک تھالی مین رکھ دو اور اوسپر قریب قریب ڈیڑھ پاینٹ کے صرف (پندرہ چھٹانک) ٹھنڈا پانی ڈالو اور بخوبی ملا دو گرم پانی سے سرد پانی کو ترجیح ہے کیونکہ تجربہ سے معلوم ہوتا ہے کہ بمقابلہ سرد کے گرم پانی روٹی مین جلد خمیر پیدا کرتا ہے اور گو کہ گرم پانی روٹی کو زیادہ ہلکی کر دیوے تاہم وہ روٹی خوش ذائقہ اور قوت بخش کم ہوتی ہے

نوٹ ل مراد ہے اُس آٹے سے جو غلہ کو مع چھلکے کے پیسکر حاصل کیا جاتا ہے یعنی وہ آٹا جس کا چوکر کا حصہ علیحدہ نہ کیا ہو + ۱۲ ک انگریزی مین جو لفظ آیا ہے اوسکے معنی باجرے جوار - مکا - کے ہین - ہر قسم کا آٹا اس کام مین آسکتا ہے + ۱۲

پھر اس آٹے کے دو برابر حصّے کرلو اور ہر حصّہ کو لمبی روٹی کی شکل مین بنالو۔ خشک کھپڑون پر (امیٹون پر نہین) بغیر چھنا آٹا چھڑکا کر (اوس پر روٹیون کو دھرو) روٹیون کے اوپر کے حصہ کو پانی سے خوب ترکردو اور ہر روٹی کو کھپڑے سمیت گرم تنور کے اندر خالی جگہ پر رکھدو +

کوئی اور شئے یا برتن اُس وقت تنور مین نہ رکھنا چاہیئے۔ تنور کے اندر گرمی یکسان آگ کے ذریعے سے قایم رکھنی چاہیئے +

آدھ گھنٹے بعد (اسکے درمیان۔ تنور کھولنا نہ چاہیئے) روٹیون کا سامنے کا حصّہ نیچے کی طرف پھیر دینا چاہیئے +

پھر پاؤ گھنٹہ بعد دیکھ لو کہ اوپر کا حصہ روٹی کا بخوبی سِک گیا اور سخت ہوگیا اور چونکہ اونکے نیچے کا حصہ معمولاً ابتک نرم ہوتا ہے روٹی اوپر تلے لوٹ دو +

اب روٹیون کو ضرور اُس وقت تک سِکنے دو کہ بیچ مین اونگلی مارنے سے خالی یا کھوکّل کی سی آواز دینے لگین۔ اسمین معمولاً آدھ گھنٹہ اور لگتا ہے + پھر یہ یقین ہوجانا چاہیئے کہ روٹی خوب سِک گئی اور اوپر کا چھلکا بہت سخت نہین ہوا +

بغیر چھنے ہوے (معہ چوکر کے) آٹے کی لپسی بنانیکی ہدایتین

بقدر ایک طشتری لپسی بنانے کے واسطے ایک بڑا چمچہ بغیر چھنے آٹے کا اوپر تک بھرا ہوا لے لو اور تھوڑا پانی ملاکر اوسے چلاکر پتلی لئی بنالو + بعد اسکے اس لئی کو کھولتے ہوئے پانی مین ڈال دو اور چند منٹ تک اسکو برابر چلاتے ہوئے پکنے دو + گھی اور نمک بہت کم شامل کرنا چاہیئے یا نہ ملانا چاہیئے۔ اوس پر منقّیٰ یا کشمش کے

چھڑکنے سے یہ لپسی بھی بہت مزیدار معلوم ہوتی ہے۔

قدرتی غذا کے انتخاب معقول کے لئے مختصر نصائح یا اشارے

برک فاسٹ (حاضری اول یعنی ناشتہ) بغیر چھنے ہوے یعنی بلا چوکر نکلے ہوئے آٹے کی روٹی اور پھل + خواہ بغیر چھنے ہوئے آٹے کی لپسی ہمراہ روٹی کے + خواہ جئی کے آٹے کا حلوا ہمراہ پھل اور روٹی کے + دُودھ محض بغیر جوش کیا ہوا +

ڈنر یعنی حاضری کلان (جو دن مین قبل دوپہر کے کھاتے ہین) شوربہ یعنی کسی چیز کا جھور اگر ہو تو گاڑہا ہو۔ خواہ غلہ بطور گاڑھے حلوے کے مثلاً چانول۔ جو۔ گروٹس[1]۔ جئی کا آٹا محض پانی مین اور ذرا سے گھی مین طیار کیا ہوا۔ یا اوس مین تھوڑا سا حصہ پھل یا میوہ کا شامل کرکے + خواہ دال کے اناج مثلاً جملہ قسم کی مٹرین۔ سیم۔ لوبیا۔ موٹھ۔ مسور۔ محض پانی مین گاڑھی پکی ہوئین۔ گھٹی ہوئی یا کچلی ہوئی نہ ہون۔ اگر پسند ہو تو مروے کی پتی یا ترہ تیزی کی پتیون سے اوس کو خوش ذائقہ بنالو۔ خواہ کوئی ترکاری جو کہ تمھارے مُلک مین ملتی ہو اور جسکی فصل ہو۔ خواہ جوش دئے ہوئے یا تازہ پھل۔ ہمراہ بغیر چھنے ہوے آٹے کی روٹی کے +

سپر (شام یا رات کا کھانا یعنی بیالو) بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی اور پھل (تازہ خواہ جوش کئے ہوے) یا کہ آٹے یا بغیر چھنے ہوے آٹے کی گاڑھی پکی ہوئی لپسی ہمراہ روٹی خواہ پھل کے +

---

[1] یہ لفظ انگریزی ہے چھڑی ہوئی جی اور گیہون کو کہتے ہین یعنی موٹی دلی ہوئی جئی اور گیہون سے مراد ہے +

بعض سلیس نسخے یا کھانوں کی آسان ترکیبیں

سرخ کرم کلہ اور سیب - ایک بڑے سے سرخ کرم کلے (بند گوبی) کو لمبے لمبے ٹکڑون مین کترو اور قریب نصف پیالہ پانی مین اُس کو پکاؤ جب تک کہ آدھا نرم نہو جائے تب چار سے لیکر چھ ترش سیب تک باریک ٹکڑون مین کاٹ کر معہ قدرے نمک و گھی کے اوسمین ملا دو - اور اُس وقت تک جوش دو جب تک کہ کل تری جذب نہو جائے (بغیر گھی اور نمک کے بھی بہت خوش ذایقہ معلوم ہوتا ہی) یہ تین شخصون کے لئے ہے +

سفید کرم کلہ اور ٹماٹو یعنی ولایتی بیگن - ایک سفید کرم کلے (بند گوبی) کو مثل قاعدہ مذکور تراش کر جوش دے لو تب قریب قریب نصف پیالے کے ٹماٹو کا عرق اوسمین شامل کر دو - یا چار سے لیکر دس تک (بلحاظ بڑے چھوٹے ہونے کے) تازہ ٹماٹو کو لوہے کی چلھنی مین نکال کر شامل کر دو اور ذرا سا نمک اور گھی ملا دو + تب چھ سے لیکر آٹھ تک آلو چھلے ہوئے اور محض ایک ایک کے دو دو کر کے اوپر رکھدو اور بغیر ہلانے کے سب کو جوش دو + بغیر نمک اور گھی کے بھی بہت مزیدار ہوتا ہے) بجاے ٹماٹو کے ترہ تیز کا استعمال کر سکتے ہین + یہ تین شخصون کے لئے ہے +

سویا - پالک - بتھوا - اور آلو - سویا پالک یا بتھوے کو توڑنے کے بعد اوس کو دو مرتبہ دہو ڈالنا چاہیئے اور کچی ہی حالت مین کتر لینا چاہیئے اور بہت تھوڑے پانی مین ذرا سے نمک و گھی اور کچے آلو کے ساتھ جوش دیکر گلا دینا چاہیئے + اگر کچھ پانی رہ جاوے تو ایک بڑے چمچے بھر بغیر چھنا ہوا آٹا ملا دینا چاہیئے +

کرم کلہ (بند گوبی) اور گرو ٹس[1] - بند گوبی کو باریک کتر کے - دہو کر تب

---

[1] گرو ٹس انگریزی مین موٹے دلے ہوے گندم اور جئی کو کہتے ہین - جئی کوٹ کر یا چھڑ کر دلی ہوئی ہو + ۱۲

دو پیالے پانی مین جوش دیوین + جب خوب گل جاوے تو ذرا سا نمک اور گھی اور نصف پیالہ گرو تس اوس مین شامل کردین - اور چند بار چلا دیوین - اور جب تک کہ گرو تس گل نہ جاوین جوش دیتے رہین +

گاجر اور آلو - پانچ سے لیکر آٹھ گاجر تک (بلحاظ قد کے) لمبی لمبی پھانک کر تیون اور قریب ایک پیالہ پانی مین پکاوین + تب اوسکے اوپر ۶ لغایت ۸ چھلے ہوئے کچے آلو دو دو ٹکڑے کئے ہوئے رکھدیوین - اور قدرے نمک اور گھی کے ہمراہ پکاوین (بغیر نمک و گھی کے بھی مزیدار ہوتے ہین) یہ تین شخصون کے لئے ہے +

شلجم اور آلو - چند بڑے بڑے شلجم کی قاشین کرکے ایک سے لیکر ڈیڑھ پیالہ پانی مین جوش دے تاکہ آدھے گل جاوین - ذرا سا نمک اور گھی اور چھ سے آٹھ تک کچے آلو بغیر چھلے ہوئے شامل کرکے خوب جوش دو (بغیر نمک اور گھی کے بھی مزیدار ہوتے ہین) یہ تین شخصون کے لئے ہے + یہ ترکاری اور اس سے ماقبل کی ترکاری ایک ساتھ ملاکر بھی پکائی جاسکتی ہین - وے بہت ہی خوش ذائقہ ہوتی ہین +

چانول اور سیب - نصف پونڈ چانول اور چار لغایت آٹھ سیب قاش کئے ہوئے ہمراہ چار پیالہ پانی کے آہستہ آہستہ پکاکر مثل سخت حلوے[1] کے کرلئے جاوین + یہ بہت خوش ذائقہ ہوتا ہے + ذرا سا نمک اور گھی بھی شامل کردیا جاسکتا ہے - مگر اوس کی ضرورت نہین ہے + یہ تین شخصون کے لئے ہے -

چانول کے سادہ گلگلے - اس سے قبل کے ذکر کئے ہوئے چانول کے حلوے مین

نوٹ [1] مین کہونگا کہ مثل اوس کھچڑی کے کرلیجاوے جو کہ خوب خشک گھٹی ہوئی ہوتی ہے +

چہارم پونڈ (قریب دس تولہ) کے کشمش ملا کر اور ایک طشتری مین گھی لگا کر اور روٹی کے ٹکڑون کا چورا ڈال کر پکاؤ +

لوبیا اور ٹماٹو۔ نصف پونڈ (بیس تولہ) لوبیا شام کے وقت ٹھنڈے پانی مین بھگو دیا جاتا ہے اور اسکے بعد صبح کو اسقدر پانی اور ڈال کر پکایا جاتا ہے کہ جس سے وہ ڈھک جاوین، جب گل جاوے تو اوسمین نصف پیالہ ٹماٹو کا عرق۔ یا پانچ سے دس عدد تک تازہ ٹماٹو چلنی مین نکلے ہوئے اور ملا دیوین۔ قدرے نمک اور گھی اگر پسند ہو تو ملا دیوین + ٹماٹو کا مصالحہ شامل کرنے کے بعد یہ بہت خوب ہوگا اگر اس کھانے کو ایک سے دو گھنٹے تک گرم رہنے دیوین + اگر پانی باقی رہ جاوے تو ایک چمچہ بغیر چوکر نکلا ہوا آٹا اوسکو گاڑہا کرنے کے لئے اور شامل کر دیوین + شلغم یا ترہ تیز بجاے ٹماٹو کے استعمال کیا جاسکتا ہے + یہ دو آدمیون کے لئے بہت کافی ہوگا +

ہرا (سبز) لوبیا۔ سیم۔ باقلہ کی پھلی اور سیب۔ سیم یا باقلہ کی پھلیون کے سوت صاف کر کر اونکے ٹکڑے کئے جاوین اور کھولتے ہوئے پانی مین ڈالدئے جاوین اور ترش یا خام سیب کی قاش کر کے اوس مین ملا دی جاوین۔ اسکے بعد پیاز یا اجمود کتری ہوئی اور ذرا سا نمک اور گھی اوس مین شامل کر دیا جاوے + جبکہ پھلیان گل جاوین تو قدرے بغیر چھنا ہوا آٹا گاڑہا کرنے کے لئے اوسمین ملا دیا جاوے +

موٹھ۔ مسور۔ آلو بخارے۔ نصف پونڈ (بیس تولہ) موٹھ خواہ مسور شام کو بیشتر بھگو دی جاوین۔ اور دھیمی آگ پر اوبال کر تیس آلو بخارے کے اوس قدر پانی مین جو کہ اونکے ڈھکنے کے لئے کافی ہو گلا دئے جاوین۔ قدرے نمک اور گھی اگر پسند ہو تو شامل کریں + یہ تین شخصون کے لئے ہے +

دھرتی کا پھول اور آلو۔ دھرتی کے پھول خوب دُھو لیئے جاویں اور ہمراہ کتری ہوئی پارسلی[1] یا پیاز کے جوش دیکر گلا لیجاویں۔ قدرے نمک و گھی تب ملا دیا جاوے اور اس شوربہ کو دو تین چمچ بغیر چھنا ہوا آٹا ڈال کر مثل چاشنی کے گاڑہا کر لیویں۔ تب آلو جو کہ مع چھلکے ابلے ہوئے ہیں چھیل لیئے جاویں۔ اور ٹکڑے کر لیئے جاویں اور اس چاشنی کے اندر دھرتی کے پھولوں میں شامل کر دیئے جاویں۔ اِس کل کو تب پھر جوش دیتے ہیں اور آخر کار کچھ دیر تک گرم رکھا رہنا چاہیئے +

چقندر کی چٹنی۔ چقندر کو دُھو لیتے ہیں اور چولھے میں کھپرا رکھ کر اوس پر اوس کو پکا لیتے ہیں تب اونکو چھیل لیتے ہیں۔ پھر ٹکڑوں میں کاٹ لیئے جاتے ہیں اور لیموں کے پانی ملے ہوئے عرق کے ہمراہ کھانے کے لیئے پیش کیئے جاتے ہیں +

کاہو۔ اسکو دھو کر اور قدرے تیل و عرق لیموں (نہ کہ جوہر لیموں) اور ذرا سی شکر کے ہمراہ طیار کر لو +

آلو و سیب کی چٹنی۔ آلو مع چھلکے خوب اُبال کر چھیل لیئے جاتے ہیں اور کتر لیئے جاتے ہیں اسی طور سے چند ترش سیب بھی تراش لیئے جاتے ہیں اور دونوں کو ذرا تیل اور عرق لیموں کے ہمراہ ملا لیا جاتا ہے +

مٹر۔ موٹھ اور مسور بغیر چھلکے۔ نکالی ہوئی خشک مٹر خواہ موٹھ یا مسور ایک دن پیشتر شام کو ٹھنڈے پانی میں بھگوئی جاتی ہیں اور اگر ممکن ہو تو سافٹ واٹر یعنی خالص ہلکے پانی میں صبح کو ایک دیگچی میں ہمراہ اسقدر پانی کے جو کہ اونکو ڈھک لے رکھدیں + تھوڑا نمک (بہت ہی کم نمک) ترہ تیز اور مروے کی پتی چاہیں تو اوسمیں شامل کر لیویں + دال کو بخوبی پکاؤ۔ لیکن ایسا کہ جب تک پکے تو سب یا قریب قریب سب پانی اوسمیں جذب ہو جائے۔ مٹر یا موٹھ میسو

[1] انگریزی لفظ ہے اجمود یا اجموا کے درخت کو کہتے ہیں۔ ہندی میں رانڈنی کہتے ہیں + ۱۲

اس طریق مین اپنی صورت مین قایم رہتی ہین اور زیادہ قوت بخش اور زیادہ زود ہضم ہوتی ہین
بمقابلہ اسکے کہ کچلی و بچاوین - یا روغن زرد اوسمین ملا دیا جاوے +

آلو کے لڈو (دو شخصون کے لئے) خستہ آلو قریب دس چھٹانک لیکر خوب جوش
کرو - پھر چھلکا اُتار کر ٹھنڈے کر لو اور کدو کش پر اونکو کس لو + کچھ روٹی کو کاٹ کر ٹکڑے
ٹکڑے کر لو اور گھی مین اونکو بھون لو - اور ایک بیضہ مرغ اور دودہ کسے ہوئے آلو اور تھوڑا
معمولی یا بغیر چھنا ہوا آٹا اچھی طرح سے اونمین ملاؤ اور ہاتھ سے سیب کی برابر برابر
اونکے لڈو بناؤ + اسکے بعد اونکو معمولی یا بغیر چھنے ہوئے خشک آٹے مین لپیٹ لو اور
پکتے ہوئے پانی مین قریب دس منٹ تک رکھدو - اس امر کی خبر رکھو کہ وے گھل نجاوین
وے کسی پھل - پیاز یا مکھن کے ساتھ کھائے جا سکتے ہین +

نوٹ - سوال یہ پیدا ہوسکتا ہے اور اکثر مجھ سے لوگون نے اس امر کو دریافت کیا کہ
اُن ہندوستانی لوگون کو جو کہ اس علاج کو کرین کیا کیا غذائین کھانا چاہئین - اس بارے مین
ہدایات ذیل میری رائے اور تجربہ مین ضروری معلوم ہوتی ہین (۱) مریض کی قوت ہاضمہ کے لحاظ سے
اُسکو وہ غذا کھانی چاہئین جو کہ اسکا معدہ ہضم کرسکے (۲) غذا نباتاتی ہو - پھل ہون خواہ دودہ ہو
(۳) غذا جس قدر سریع الہضم مریض کو دیجاویگی اوسی قدر نافع ہوگی (۴) ہر غذا جو پکائی جاوے
بہت سادہ طریقے مین پکائی جاوے صرف نمک اور پانی کے ساتھ - مصالحہ جات کا استعمال نہ
کیا جاوے - اگر روغن زرد ڈالا جاوے تو خفیف بہ لحاظ قوت ہاضمہ مریض کے - اور کچی ہو تو بھی
حالت مین غذا مین شامل کیا جاوے - ابتدا ے علاج مین روغن زرد سے قطعی پرہیز کرنا چاہئے
(۵) بہت کمزور مریضون کے لئے ذرا موٹے او بغیر چھنے ہوئے آرد گندم کی لپسی خواہ پکی ہوئی
دال کا پانی - یا گیہون کا دلیا - یا گائے کا دودہ - یا آش جو بہت موزون ہے - چند عدد منقی
بھی نافع ہونگی - خواہ تنہا یا دیگر اشیائے مذکورہ کے ہمراہ - (۶) روٹی بغیر چھنے ہوئے بھی

معہ جو کرکے ذرا موٹے آٹے کی کھانی چاہیے۔ گیہون کے آٹے کی عمدہ ہوگی + روٹی خوب عمدہ طورسے سینکی ہوئی ہو۔ ہندوستانی طریقے مین جس طورسے کہ روٹی بنائی جاتی ہی جس کو چپاتی یا پھلکا کہتے ہین بہت عمدہ بنتی ہے۔ (۷) ترکاریان بنانے کا طریقہ سب لوگ جانتے ہین۔ بہ لحاظ ہدایات مہر کے طیار کرنا چاہیئے۔ پکانے مین اونکو عمدہ طورسے گلا نا چاہیئے۔ جہانتک ہوسکے شوربہ دار ترکاریان نہ کھائی جاوین۔ جو غرض یعنی کھانے مین سہولت شوربے حاصل ہوتی ہے وہ غذا کو چبا کر لعاب دہن سے حاصل ہونی چاہیئے۔ جو ترکاریان کہ قابض ہین اور سریع الہضم نہین ہین اونسے پرہیز کرنا بہتر ہے۔ (۸) مصالحہ جات مین زیرہ سفید۔ سونف۔ دھنیا۔ اجواین کا استعمال بگھارتے وقت یا بعد کو پیسکر ترکاریون مین شامل کرکے کیا جاسکتا ہے۔ گرم مصالحہ جات مثل لونگ۔ مرچ۔ ہینگ وغیرہ کے استعمال نہ کئے جاوین لیکن بغیر کسی مصالحہ کے صرف قدرے نمک شامل کرکے پکانا بہتر اور زیادہ نافع ہے (۹) غذا جہانتک ہو مفرد کھانی چاہیئے مثلاً اگر ایک وقت مین روٹی اور ایک قسم کی ترکاری کھاسکتے ہو تو ساتھ مین دال یا دوسری ترکاری نہ کھاؤ +

(۱۰) مریض کو غذا تھوڑی ہی چاہیئے اور خوب چبا چبا کر کھانی چاہیئے تاکہ لعاب دہن غذا مین اچھا شامل ہوجاسے۔ مسٹر گلیڈسٹون وزیر انگلستان ہر ایک لقمہ کو ۳۲ بار چباتے تھے۔ اونکی عمدہ تندرستی اور درازی عمر کی ایک یہ بھی بقول خود اونکے بہت بڑی وجہ تھی +

(۱۱) ہمیشہ بھوک رکھ کر کھاؤ اور بار بار کے کھانے سے پرہیز کرو۔ جب تک ایک دفعہ کا کھایا ہوا ہضم نہو جاسے تب تک کوئی دوسری شئے یا دوسری بار کھانا نہ کھاؤ۔ بار بار کے کھانے سے ہاضمہ مین نقص آتا ہے۔

تنبیہ - ہدایات مذکورہ کے علاوہ جو باتین کہ اسی غذا کے باب مین آئی ہین اونپر بھی لحاظ رہے + واضح ہو کہ یہ مثل کہ "بدپرہیز شخص اپنی قبر خود اپنے منہ سے کھودتا ہے" واقعی بہت صحیح ہے + **بدپرہیزی** کے ساتھ کوئی علاج بھی نفع نہین کرسکتا شفاے کلی کا تو سوال ہی کیا ہے۔ بدپرہیز مریض کی صحت حاصل کرنے کا کوئی حکیم یا طریق علاج ذمہ دار نہین ہے۔ اگر **شفاے کلی** چاہتے ہو تو اول ان ہدایات پر عمل کرو اور تب اس پانی کے علاج کا استعمال کرو + مترجم

(تمام ہوا حصہ اول)

چند ضروری نوٹ متعلق علاج

ناظرین! حصہ اول آخر تک پڑھ کر یقین ہے کہ آپکو معلوم ہوگیا ہوگا کہ معمولاً علاج کیونکر شروع کیا جائے۔ اگر اسوقت تک صاف نہین معلوم ہوا ہے تو کتاب ختم کرنے پر بشرطیکہ بغور چند بار مطالعہ کیا جاویگا یہ امر آپکو معلوم ہوجاوے گا۔

بہت سے اشخاص ایسے ہین کہ جن کو کتاب کے مطالعہ کے بعد بھی ضرورت اس امر کی محسوس ہوتی ہے کہ ہر مریض کا علاج کس طرح سے شروع کیا جاے۔ اکثر لوگ یہ سوال کرتے ہین کہ کیون کتاب مین مختلف امراض کے نام لکھکر ہر ایک کے لئے غسل تجویز نہین کئے گئے۔ ؟

ناظرین! جبکہ مرض ایک ہے تو یہ سوال پیدا ہی نہین ہوتا۔ ہر مرض کی حالت مین علاج کا ایک ہی طریقہ ہے مریض کے لحاظ سے صرف غسل کی مقدار مین خفیف کمی بیشی ہوجاتی ہے وہ بھی زیادہ نہین۔ پس ہر شخص کی سہولت کے لئے اس موقعہ پر چند ضروری ہدایات کا درج کردینا خالی از نفع نہوگا۔ جنکے مطالعہ کے بعد ہر شخص اپنا علاج شروع کرسکتا ہے۔

(عام ہدایات)

جب کسی مریض کا علاج شروع کرنا ہو تو بہتر ہوگا کہ اول اُس کو ہفتہ عشرہ تک علے الصباح نہار منہ کو ایک ایک **فریکشن ہپ باتھ** (جسکی تصویر صفحہ ۱۵۱ پر دیگئی ہے اور طریقہ ۱۵۲ سے صفحہ ۱۵۳ تک کتاب ہذا مین تحریر ہے) ۸ تا ۱۰ منٹ دیوین۔ پانی کی حرارت اس غسل مین ۶۸ تا ۷۴ درجہ لیجاسکتی ہے۔ معمولاً ۷۰ یا ۷۲ درجہ مناسب ہوگا۔ اگر مریض ضعیف ہے یا بچہ ہے تو بہتر ہوگا کہ

۲ ۸ نغایت ۴۲ ۸ درجہ کا پانی لیوین اگر مریض جوان ہے اور قوی ہے تو کم بھی لے سکتے ہین مگر ۶۵ سے کم نہین معمولاً قریب ۸۰ درجہ کا پانی لینا بہتر ہوگا +

بعد لینے غسل کے اگر مریض مین قوت ہے تو صاف تازہ ہوا مین چہل قدمی حسب قوت کرے تاکہ پسینہ خفیف سا معلوم ہونے لگے مگر اسقدر نہ ٹہلے کہ تکان ہوجاوے اگر چہل قدمی نہین کرسکتا ہے تو چاہیے کہ کمرے مین خوب گلے تک کپڑے اوڑھ کر گرمائی لاوے یا اگر سردی کا وقت یا موسم ہے تو دہوپ مین سر کو ٹھنڈا کرکے بیٹھے اس طریقے سے بھی گرمائی جلد آتی ہے۔

اگر مریض بچہ ہے چھوٹا تو اوسکو ۳ یا ۴ منٹ ہی ہپ باتھ کافی ہوگا +

(۳) بعد ہفتہ عشرہ علاج کرنے کے چاہیے کہ صبح کو بجاے فریکشن ہپ باتھ کے فریکشن سٹز باتھ دیوین اور سہ پہر یا شام کو معمولی ہپ باتھ۔ مردون کے لئے اسکا طریقہ صفحہ ۱۵۶ سطر ۹ نغایت ۲۰ اس کتاب ہذا مین تحریر ہے۔ اور عورات کے لئے صفحہ ۱۵۴ سے ۱۵۶ تک۔

اس غسل کو ابتدا مین ۱۰ - ۲۰ منٹ سے شروع کرین اور تین چار دن مین رفتہ رفتہ بڑھا کر معمولاً ۲۵ - ۳۰ منٹ تک کردیوین۔ اگر مریض کمزور یا بوڑھا ہے تو اسمین بھی بہت سرد پانی نہ لیا جاوے۔ موسم گرما مین تو جسقدر سرد ملے عمدہ ہے لیکن موسم سرما مین یا اُن مقامات پر جہان بہت سردی ہوتی ہے اور بہت سرد پانی ملتا ہے اسکے لئے بھی تازہ پانی یا اُس سے کچھ زیادہ سرد لے سکتے ہین۔ اس غسل کے لئے تازہ پانی مین گرم پانی نہ ملایا جاوے الا اُس حالت مین کہ تازہ پانی بھی ۵۰ - ۶۰ درجہ کی حرارت سے کم کا دستیاب ہو۔

(۴) مریض کو چند ہفتے تک معمولاً ایک اسٹیم باتھ پورے جسم کا ہر ہفتے مین دیوین۔ ایک گھنٹہ تک تو قوی و جوان آدمیون کے لئے۔ اور بوڑھون و بچون کے لئے کم وقت کا ۱۵ یا ۲۰ منٹ کا اگر ضعف کی شدت ہے اونکو بھی نصف گھنٹہ تک کا۔ اور اس اسٹیم باتھ کے بعد فوراً فریکشن سٹز باتھ

یا فریکشن ہپ باتھ ضرور لیوین۔ اگر فریکشن ہپ باتھ لیوین تو ابتدا یا آخر مین فریکشن ہپ باتھ کے کُل جسم کو
اُس ٹب کے پانی مین یا اُس حرارت کے دوسرے پانی سے جلدی سے دہوکر تولیہ سے جسم صاف کردین اور
پھر گرم کپڑے پہنکر کسی نہ کسی طریقہ سے گرمائی لاوین تاکہ پسینہ اگر ممکن ہو تو آجاوے۔ جن مریضون کو پسینہ نہین
آتا ہے تو اونکے لئے بہتر ہوگا کہ چند دنون تک ہفتہ مین دو بار اسٹیم باتھ دیوین۔

(۴) اگر ضرورت خیال کیجاسے تو درمیان کے دنون مین تیسرے چوتھے روز سٹز باتھ بھی دیسکتے ہین۔
مقامی اسٹیم باتھ حسب ضرورت ہو ہر وقت دئے جاسکتے ہین +

(۵) بہتر ہوگا کہ ۲ ہفتے یا ۳ ہفتے علاج کرنے کے بعد چند روز کے لئے علاج کو بند بھی کردیا کرین مگر
پرہیز غذا قایم رہے مستورات کے ایام حیض مین تو علاج ویسے بھی بند کردینا ہوتا ہے +

(۶) یہ بھی ضروری ہے کہ علاج مین پرہیز غذا قایم رکھا جاوے۔ جو شخص کہ چاہے کہ مین بدپرہیزی قایم رکھون
تو اوسکے لئے مناسب ہے کہ اس علاج کو نہ کرے اور دوسرے کسی علاج سے بھی اپنے کو شفایاب ہونیکی امید نکرے +

(۷) غذا کا استعمال حسب ہدایات مندرجہ نوٹ متعلق غذا جو مترجم نے صفحہ ۲۱۹ و ۲۲۰ پر دئے ہین کرے +

(۸) ابتداءً علاج مین دودھ گھی اور ثقیل خوراک سے پرہیز کرے جب تک کہ ہاضمہ معقول ترقی نہ کرجاوے +

واضح رہے کہ اگر مریض مرض سے نجات پانے پر بھی قدرتی غذاے انسانی کا استعمال قایم رکھے گا اور تندرستی
قایم رکھنے کے اصولون کو مدنظر رکھکر ہر کام کو کریگا تو مرض پھر نہوگا۔ اگر وہی اسباب جنسے کہ مرض پیدا ہوا تھا
بعد صحت یابی کے پھر اکھٹا ہو جاوینگے تو مرض بھی پھر موجود ہو جاوے گا اس لئے ضرور ہے کہ احتیاط رہے تاکہ اسباب
وعادات سابقہ لوٹنے نہ پاوین +

اسقدر لکھنے کے بعد ایک ہومیوپیتھک ڈاکٹر صاحب نے جنہون نے کہ اپنی پرانی گٹھیا کو اسی طریق علاج سے
آرام کرکے صحت جسمانی وحاصل کی تھی فرمایا کہ شدید امراض مثلاً شدت کے درد وغیرہ مین جیسا کہ درد گردہ وغیرہ کی حالتمین
اور ہیضہ وغیرہ مین یہ علاج شاید چندان نافع نہو پس مجھے ضرورت اس امر کی محسوس ہوتی ہے کہ یہ بھی لکھدیا جاوے کہ

ہیضہ کا علاج جیسا کہ کتاب مین ہیضہ کے باب مین درج ہے کرنا چاہیئے اور شدت درد کی حالتین فوراً پورے جسم کا اسٹیم باتھ دیکر فوراً فرکیشن ہپ باتھ دیا جاوے تو یقین ہے کہ درد فوراً رفع ہوجائیگا اور پھر ۴-۵ گھنٹہ کے بعد سٹز باتھ دیا جائے اور شب و روز مین کل دو یا تین فرکیشن ہپ سٹز باتھ سے زیادہ نہ دئے جاوین- یہ ضرور ہے کہ ایک سرد غسل اور دوسرے سرد غسل کے درمیان کم از کم معمولاً فرق پانچ گھنٹے سے کم نہو- شدت کے درد اور شدت کے بخار کی حالتین اور اُن حالتون مین جبکہ سردی لگنے سے درد یا کھانسی وغیرہ ہوئی ہو تو ضرور ہے کہ اسٹیم باتھ فوراً ہی دیوین- یہ مدد نفع کریگا اور فوراً تکلیف دور ہوگی- اگر کہین پھوڑا پھنسی وغیرہ یا زخم ہے اور درد بھی اوسمین ہے تو اسٹیم باتھ مقامی وقتاً فوقتاً دیوین درد جلد رفع ہو جاویگے اور علاوہ اسکے دیگر وقت مین حسب ہدایات جو کہ زخمون کے علاج کے باب مین مندرج ہین سرد پانی کی گدی رکھین لیکن یہ خیال ہے کہ تر گدی کے اوپر اُون کی گدی ضرور رکھین مثلاً سفید فلالین کے ایک ٹکڑے کو رکھکر اوپر سے پٹی باندھ دیوین ایسا کرنے سے پھوڑا بلا تکلیف کے پک جاویگا اور پھوٹ کر صاف ہو جاویگا اور از خود زخم بھر کر اچھا ہو جاویگا اور جلد برابر ہو جاوے گی-

مترجم نے اسکا تجربہ کیا ہے اور تجربہ سے اسکو ان باتون کی صداقت ملی ہے +

دو امور یہ کچھ اور لکھنا ضروری معلوم ہوتا ہے ایک تو یہ کہ غذا کھانے کے فوراً بعد علاج کا کوئی غسل نہونا چاہیئے کم از کم دو تین گھنٹہ کا وقفہ ہونا چاہیئے اور علاج کے غسل کے بعد ہی جب تک کہ جسم مین گرمائی نہ آجاوے غذا نہ کھانی چاہیئے +

دوم یہ کہ وہ مریض جو کہ اس حالت مین ہین کہ وہ اپنا معمولی روزانہ کا غسل بغرض صفائی بیرونی لینا پسند کرین تو وہ اسی علاج کے غسل کے کچھ قبل یا دو گھنٹہ بعد موسم سرما مین شیر گرم پانی سے اور گرما مین معمولی تازہ پانی سے اشنان کر سکتے ہین +

الراقم

سروتری کرشن سروپ مترجم نیاز علم شفائی

منشی محمد مشتاق احمد مینجر و پرنٹر شمشیر پریس مُرادآباد نے چھاپا اور شائع کیا

نروس (اعصابی) اور مینٹل (دماغی) بیماریان۔

نیند نہ آنے کی شکایت

بیماریون کی وحدت کا مسئلہ نروس اور مینٹل بیماریون سے بھی متعلق ہے۔ انیسوین[19] صدی کو صحیح طور سے نروس بیماریون کی صدی لوگون نے کہا ہے۔ کیونکہ یہ بیماریان اب ہر جگہ ہزارہا شکلون مین پائی جاتی ہین + جملہ جدید عارضون کے صحیح نام رکھنے مین اور اونکی خاصیت اور اونکے سبب معلوم کرنے مین اس غرض سے بے حد سعی کیجاتی ہے کہ اونکے علاج کا کوئی (اگر پورا صحیح نہین تو کم سے کم صحیح کے قریب) طریقہ تجویز کرین +

نروس نس (گھبراہٹ) نیورس تھینیا[1]۔ نیورل جیا (عصبی درد)

[1] ایک قسم کی عصابی کمزوری ہی جو کہ حرام مغز کے افعال مین نقص پیدا ہونے سے خیال کیا جاتا ہے کہ عارض ہوتی ہی ایسی رائے ڈاکٹر لوگون کی ہی۔ سبب اسکا کچھہ ہی ہو مگر ظاہرا علامات یہ ہین کہ غذا جزو بدن نہین ہوتی۔ مریض کو ایک یہ خیال ہر وقت ہوتا ہے کہ مین اچھا ہونگا یا نہین۔ خیالات خودکشی موجود رہتے ہین وحشت طبیعت پر ہر وقت سوار رہتی ہی۔ اندرونی تکلیف بھی ایک قسم کی ایسی ہوتی ہی جس کو مریض خود ہی جان سکتا ہے۔ اعصابی خرابی ہونے سے ہر جگہ جسم مین ایک قسم کی ایسی تکلیف ہوتی ہے کہ بیان سے باہر ہے۔ یہ تکلیف ہر وقت نہین رہتی بلکہ ایک دورے ہوتے ہین۔ بے چینی اور بے اطمینانی تو ہر وقت طبیعت کو رہتی ہی۔ مرض کی زیادتی مین نیند بھی ضرور جاتی رہتی ہے۔ قوت ارادی کمزور ہوجاتی ہے۔ ذرا ذرا سی باتون سے خوف لگتا ہے۔ ہاضمہ مین تو فرق بہت ہی آجاتا ہے۔ بہت لوگ اس کو ایک قسم کا وہم کہین گے +

ہائی پوکونڈریا[1] (وہم۔ مراق) ہسٹیریا[2] (بادی گولہ۔ اختناق الرحم) ان سنٹی (دیوانگی) ایم بیسیلیٹی (خلقی مجنوطی) پیریلیسس (فالج) یہ بیماریان اب ہر جا مشہور ہین اور دوسری اسی قسم کی بیماریون کا جنکا وہی ایک سبب ہے تو ذکر ہی کیا ہے +

ان سخت نروس (اعصابی) بیماریون کی زیادتی کے ساتھ نئی نئی خارجی علامات ہمیشہ ظاہر ہوتی جاتی ہین + لیکن یہ خارجی علامات ان بیماریون کی اصلیت کے فہم صحیح (ٹھیک سمجھنے) کے واسطے کچھ معقول اور معین سراغ یا پتہ نہین دیتی + مگر نروس (اعصابی) بیماری کے مریضون کی حالت کے امتحان سے ہم کو ہمیشہ ایک قسم کی اندرونی بے چینی اور پریشانی کے آثار معلوم ہونگے + ایسے مریض کو ہمیشہ ایک خاص بے معلوم۔ ناقابل بیان حس بیماری کا ہوتا ہے + ہر چند کہ وہ سبب بیماری کا نہین جانتا ہے اور خود مرض کو تسلیم نہین کرتا ہے +

کوئی شخص بہت بکتا ہے اور کوئی خاموش اور کم گو ہوتا ہے + اکثر اشخاص کو نیند نہ آنے کی شکایت ہے۔ بعض دیگر اشخاص مین نچلا پن اور مستعدی ظاہر ہوتی ہے۔ اور بعض ایسے بھی ہین جنمین ناقابل علاج درجہ کی کاہلی نمایان ہے۔ کوئی خودکشی کی دھن مین آوارہ پھرتا ہے۔ کیونکہ اپنے آپ کو وہ فضول سمجھتا ہے اور تمام جہان سے وہ ناراض ہے، اور ہر ایک لکھپتی (تونگر)

---

[1] ایک دماغی مرض ہے جس مین کہ مریض خصوصاً اپنی تندرستی کی نسبت خیالات متوحش اور غمناک مین مبتلا رہتا ہے یہ مرض خاصکر بوجہ فتور افعال نظام عصبی ہوتا ہے +

[2] ایک اعصابی بیماری ہے جو کہ عموماً عورات کو ہوتی ہے۔ اسمین مریضہ بیہوش ہو جاتی ہے۔ ہاتھ پاؤن کھنچنے لگتے ہین۔ حلق مین رکاوٹ معلوم ہوتی ہے گویا پیٹ سے گولا سا اوٹھکر حلق مین جاتا ہوا معلوم ہوتا ہے کبھی ہنسنے کبھی رونے لگتی ہے۔ ناواقف لوگ اکثر خیال کرتے ہین کہ آسیب کا خلل ہے۔ عورات خاصکر کسی دیوتا کی کھور سمجھتی ہین + اس کم فہمی کی وجہ سے بہت عورات ضائع ہو جاتی ہین۔ کیونکہ اونکا علاج سحر و جادو سے ہی کیا جاتا ہے۔ یہ مرض مصدقی بھی ہوتا ہے +

کسو دیکھئے کہ آیندہ کے بے بنیاد اندیشون سے روزانہ تنگ ہوتا ہے اور اندیشے کبھی اُس کو نہین چھوڑتے + بعض لوگون کا جسم ہمیشہ سب کانپتا ہے + بعض لوگون کا ایک عضو یا ایک جانب یا کُل جسم بیکار ہوجاتا ہے اور مارا جاتا ہے + پھر جنون کی نہایت مختلف اور اکثر بایک دگر ضد والی علامتین (جنمین سب سے خراب فالج ہے) قابل غور ہین۔ علاوہ ازین یہ دیکھا جاتا ہے کہ یہ عارضے لوگون کو اپنے قوی کو کام مین لانے سے کم و بیش روک دیتے ہین + کوئی اپنے اعصاب کے کام مین لانے کا اختیار کھو دیتا ہے۔ کسی کو اپنے خیالات خواہ اپنے ارادے خواہ اپنی تقریر پر قابو نہین رہتا + ان بیماریون کی شکلین اتنی مختلف ہین کہ ہم اگر نروس بیماری کے ہزارون مریضون کو دیکھین تو مشکل سے ایسے دو ملین گے جنمین خارجی علامات ٹھیک مطابق و یکسان ہون + لہذا تعجب کا مقام نہین ہے اگر ڈاکٹرون نے اتنی کثیر متضاد علامات مین کوئی کافی بنیاد واسطے صحیح تشخیص اور نامزدگی اور دفعیہ نروس بیماریون کے نہین معلوم کی + ان بیماریون مین دواؤن سے افاقہ خواہ ازالہ مرض پیدا نہین ہوا ہے۔ اگرچہ نروز (اعصاب) کا کچھ وقت کے واسطے (عارضی) بیکار کرنا تو کبھی پیدا ہو جاتا ہے +

یہ سراسر غلط خیال ہے کہ خود دوائین کچھ اثر پیدا کرتی ہین + درصل خود جسم ہی تنہا کُل مادۂ فاسد کو دفع کرنے کی سعی کرتا ہے چاہے اس عمل مین مستعدی کم ہو چاہے زیادہ ایک خاص صورت مین زہر کے بجبر خارج کرنے کی غرض سے جسم کی بڑھی ہوئی مستعدی کے آثار صاف نمایان ہوتے ہین + یہ صورت اُس وقت ہوتی ہے جب اتنی کم مقدار مین دوا دیجاوے کہ جسم پر بے حس اور بیکار کرنے والا اثر پیدا نہو سکتا ہو + زہر دار دواؤن کے زیادہ (اوپتھک) مقدار مین دینے کی حالت مین جسم کے بے حس ہونے کے آثار صاف

نظر آتے ہین + ساتھ ہی اسکے جسم کی کوششین صحت یابی کے واسطے (حاد امراض تیز امراض) اور مرض کہنہ کی خارجی علامات یکسان موقوف ہوجاتی ہین + الوپیتھی کے طریقہ معالجہ مین۔ علامات مرض کے عارضی طور پر غائب ہو جانے اور پھر بار بار عود کرنے کا بھی یہی سبب ہے اول نروز کے بے حس ہو جانے سے وہ علامات موقوف ہوجاتی ہین لیکن جب جسم ذرا اصلی حالت پر پھر آتا ہے وہ علامات پھر نمایان ہوتی ہین۔ زوردار زہریلی دوائین یا بڑی مقدار مین جسم کو اس حد تک بے حس کرتی ہین کہ ہلاکت واقع ہوتی ہے۔ کمتر مقدار مین دیے جانے کی حالت مین بے حس ہونا باعث ہلاکت نہو تاہم کل جسم کو نقصان تو پہونچاتا ہی ہے + یہ بھروسہ کے ساتھ بیان کیا جاسکتا ہے کہ بہت سی نروس بیماریان دراصل دواؤن کے استعمال سے پیدا ہوتی ہین۔ جو دوائین کسی کم سخت مرض کے دفع کرنے کی غرض سے پہلے کھلائی گئی تھین + بہت کم مقدار مین دواؤن کے کھلانے کی حالت مین بظاہر جسم پر بالکل اولٹا اثر پیدا ہوتا ہے جسم بے حس نہین ہوتا ہے۔ سبب یہ کہ بجائے بے حس ہونے کے جسم زہر کو خارج کرنے کے واسطے دوچند سعی کرتا ہے + مگر یہ بڑھی ہوئی مستعدی بیچینی کا پیش خیمہ ہی ہے اور کبھی کچھ اور نہین ہوسکتی +

نروس (اعصابی) بیماریون کے علاج مین (اس سے انکار نہین ہوسکتا ہے) ڈاکٹر صاحبان جنکی بہت تعریفین ہوتی ہین بالکل بے بس ہین۔ یہانتک کہ نامی ڈاکٹرون نے اکثر تسلیم بھی کرلیا کہ ایسے مرضون مین وہ کچھ مدد نہین کرسکتے ہین + تبدیل ہوا۔ سفر سے دل بہلانا اور اسی طرح کی امدادی تدبیرین جن مین کچھ نقصان نہین ہے تجویز کی جاتی ہین + لیکن اگر عارضی نفع ہو بھی جاوے تاہم ہمکو ایسی تجویز سے صاف معلوم ہوجاتا ہے کہ نروس بیمارون کی خاصیت اور سبب سے ڈاکٹر صاحبان کم آگاہ ہین + قدیم طبا اور ڈاکٹرون کو جو بات

نصیب تھی اور جس بات نے ڈاکٹروں کے سر چکر میں ڈال دئے تھے وہ بات جدید مسلم علاج (نیو سائنس آف ہیلنگ) کے ذریعہ حل اور صاف ظاہر کر دی گئی ۔
شفا کے بارے میں میری رپورٹیں اور منسلکہ خطوط شکریہ اور سارٹیفکٹ میرے بہت سے مضمون میں سے چند کے ۔ تمام علمی اور زبانی تقریروں و تحریروں سے زیادہ صاف اور زیادہ اطمینان بخش طریقے پر مطلب ادا کرینگے ۔ لہذا مجھے اجازت دیجائے کہ ان بیماریوں کے بارے میں ضروری امور پر اپنی تحریر کو محدود کروں ۔
یہ بخوبی معلوم ہے کہ ہمارے جسم میں نروز (اعصاب) دو قسم کے ہوتے ہیں اول جو ارادہ کے تابع ہیں ۔ دویم وہ جو ارادہ کے تابع نہیں ہیں اور جو سانس لینے و ہضم کرنے اور دوران خون میں مدد کرتے ہیں ۔ لیکن اگر میں یہ بیان کروں کہ جسم میں مادہ فاسد کے باعث جو سب بیماریاں پیدا ہوتی ہیں وہی نروس بیماریاں ہیں تو بہت لوگوں کو اولا تعجب ہوگا ۔ یہ امر آسانی سے صاف بیان کیا جا سکتا ہے ۔ بیماری کا علم اول اس وقت ہمکو ہوتا ہے جب جسم کے معمولی کاموں میں خلل آتا ہے یا درد پیدا ہوتا ہے ۔ اس سے قدرتی طور پر یہ ظاہر ہوتا ہے کہ بیماری کم و بیش زیادتی کے درجہ میں آگئی ہے ۔ جسکی کہ صحیح تشخیص میری کتاب **سائنس آف فیشل اکسپریشن** کی مدد سے ہو سکتی ہے ۔ ہمکو یہ بھی معلوم ہے کہ جسم میں بغیر موجودگی مادہ فاسد کے بیماری کا ہونا ناممکن ہے ۔ جسم میں مادہ فاسد کا بار خاص اعضا ہی خلل ڈالنے والا اثر نہیں پیدا کرتا بلکہ جسم کے ان اعضا یا حصوں سے جو رگیں (نروز) تعلق رکھتی ہیں یا جو اونکے کام کو باترتیب جاری رکھتی ہیں ان رگوں پر بھی اوسی قدر برا اثر کرتا ہے جب تک کہ رگوں کے تعلق یا سلسلہ پر بھی مادہ فاسد کا اثر نہیں ہوتا تب تک ہمکو بیماری کا علم نہیں ہوتا ۔ سرسری طور پر دیکھنے والا شخص محض ان رگوں کو جو اوس کے ارادہ کے

تابع ہین اور اُن عارضون کو جو اوسکے ارادہ کے تابع رگون کے ماتحت اعضا پر اثر کرتے ہین خیال مین لاتا ہے +

جو بیماریان سانس لینے مین اور خون کے دوران اور ہضم مین خلل پیدا کرتی ہین وہ بہت آہستہ اور بہت تدریج کے ساتھ معلوم اور ظاہر ہوتی ہین + یہان بھی اسی طرح سے رگون پر اثر پڑتا ہے اور وہ ہمکو بیماری سے خبردار کرتی ہین + یہ رگین ارادے کے ماتحت نہین ہین لیکن اونکی معمولی مستعدی پر اُن اعضا کی حرکت منحصر ہے جو ارادہ کے تابع نہین مثلاً پھیپھڑے - دل - معدہ - گردے - آنتین - مثانہ + اس وقت تک ہمکو ہضم کے تکلیف کی یا گُردون - مثانہ - دل - پھیپھڑون یا معدہ کی کسی بیماری کی خبر نہین ہوتی جب تک اونکے تعلق والی رگون کا عمل بھی بوجہ بار مادۂ فاسد خلل پذیر نہو جائے +

لہذا ان عارضون مین سے ہر ایک ہمیشہ ساتھ ہی ساتھ رگون کا خلل بھی ظاہر کرتا ہے - مثلاً خلل ہاضمہ کی شکایت اُس وقت تک نہین ہوسکتی جب تک کہ ساتھ ہی اوسکے ہضم کے متعلق رگون کی حالت مین بھی خلل نہو +

جیسا کہ مینے اوپر ذکر کیا ہے - تندرست جسم حاصل کرنے کے لئے اول شرط یہ ہے کہ ہاضمہ صحیح ہو - کیونکہ سب مادۂ فاسد اگر یہ وراثتاً نہین آیا ہے تو اول بذریعہ ہضم ناتمام و ناقص کے جسم کے اندر پہونچتا ہے لہذا ہر ایک بیماری اور اسی وجہ سے تمام نروس بیماریان خواہ وہ خلل ہاضمہ سے پیدا ہوتی ہین یا والدین سے اولاد کو پہونچتی ہین + جملہ عارضون کا چاہے وہ کچھ بھی ہون یہی مشترک سبب ہے + جب کہ جسم مین ہنوز کافی قوت زیست باقی ہے تو

تو وہ مادۂ فاسد کو خارج کرنے کی کوشش بذریعہ تیز (حاد) بیماری کے کرتا ہے۔ لیکن جب ضروری قوتِ زیست باقی نہین رہتی ہے تو مزمن (پوشیدہ) مرض پیدا ہو جاتے ہین یا ایسی بیماریان کبھی بالکل رفع نہین ہوتی ہین۔ زیادہ سے زیادہ وہ اپنی شکل تبدیل کر لیتی ہین اور بالآخر وہ بشکل افسوسناک نروس (اعصابی) اور منٹل (دماغی) بیماریون کے اعلے درجہ زیادتی تک پہونچتی ہین + نروس بیماریان محض مزمن (پوشیدہ) جسمانی بیماریان ہین + علامتین اونکی چاہے کچھ بھی ہون +

نروس بیماریون مین مثل سب بیماریون کے ہمکو (بطور ایک خاص علامت) سردی یا تیز گرمی کا محسوس ہونا نظر آتا ہے۔ اور یہ سردی اور گرمی جسم کی بخارزا حالت کے نتیجے ہین +

اس طرح ہم ایک بہت ضروری نتیجے پر پہونچتے ہین۔ یعنی یہ کہ نروس بیماریان بھی تحقیق مزمن (پوشیدہ) بخار کو ظاہر کرتی ہین + لہذا اگر مین یہ بیان کرون کہ نروس بیماریون کا بھی سبب ہے جو چیچک خسرہ۔ اسکارلیٹ فیور۔ (سرخ بخار) ڈفتھیریا۔ اور سفلس وغیرہ کا ہوتا ہے تو یہ نتیجہ حاصل ہوتا ہے کہ جس طریقے سے ان بیماریون کا علاج کامیابی کے ساتھ ہوتا ہے وہی ضرور نروس بیماریون کو شفا کرے گا + اور یہ ایسا امر ہے کہ اپنی طبابت کے تجربے مین صدہا بلکہ ہزارہا مریضون کے بارے مین ثابت کر دکھلایا ہے جیسا کہ اس کتاب کے خاتمہ پر دئے ہوئے سارٹیفکٹ ظاہر کرتے ہین +

ان توضیحات سے تمام نروس بیماریون کی کیفیت وخاصیت وعلاج معین طور پر ہماری فہم مین آتے ہین + آئندہ ہم مثل ڈاکٹر صاحبان کے لاچاری کی حالت مین بیٹھے

دیکھنے کے قابل ہونگے - بلکہ بیماری کا سبب معلوم کرکے ہم پوری مدد دینے کا یا شفا دینے کا ٹھیک ٹھیک طریقہ بھی جانتے ہونگے +

ہر شخص جو شکل میرے سٹ کے امراض کو غور سے دیکھتا ہے اُس کو بآسانی نظر آجاویگا کہ وہی شخص کارآمد صلاح متعلق علاج یا شفا کے دے سکتا ہے جو کہ بیماری کے علامات کی اصلیت سے بخوبی واقف ہے - بیماریون کا وہی حال ہے جو کہ ایک لشکر کا ہوتا ہے کسی لشکر کی صحیح طور پر وہی سپہ سالار پیش روی کر سکتا ہے جو اُس فوج کے اجزا یعنی سپاہیون سے پورا واقف ہو + وہ سپہ سالار جو اُس فوج سے ناواقف ہے جس سے کہ اوس کا لشکر ترتیب پایا ہے خواہ مخواہ شکست کھا جاوے گا - ایسا ہی حال آجکل کے زمانہ کے اسپشل ازم[1] کا ہے + علم طب مین اسپشل ازم ضرور اس علم کی بربادی کا باعث ہوگی - اور لوگون کے دلون مین اسکی طرف سے حقارت کا خیال پیدا ہو جاویگا - کیونکہ اسپشل سٹ کس طرح علم کو نفع پہونچا سکتا ہے اگر وہ اُن قاعدون پر جنکا کہ جسم انسان پابند ہے عمل نہین کرتا ہے اور بلا کُل جسم پر لحاظ رکھنے کے ایک حصۂ جسم کا علاج کرتا ہے +

علم طب مین جملہ اسپشل ازم ہمکو معلوم ہوتی ہے کہ گویا ایک قدم پیچھے کو ہٹنے - وہ فضول طریقہ ہے - کُل سے علیحدہ کیا ہوا ایک جزو ہے - وہ سواے اس کے اور کچھ کام نہین دیتا کہ ہماری عقل کی نگاہ کو تیرہ کر دے + وہی شخص جو کُل کو بخوبی

---

[1] اسپشل ازم لفظ انگریزی ہے - معنی ہین کہ کسی علم ہنر یا سائنس کے ایک جزو خاص کو محدود کرکے اوسمین ہی ترقی کی کوشش کرنا مثلاً ڈاکٹرون مین بعض ایسے ہین کہ آنکھ کے متعلق امراض اور اوسکے علاج مین اونہون نے تلاش تحقیقات کی ہے - بعض نے کان کے متعلق - بعض نے اعصاب کے متعلق وغیرہ وغیرہ + ۱۲

اور صحیح طور پر سمجھتا ہے اور جو کارخانہ قدرت کو ایک عالیشان ناقابل تقسیم وحدت مانتا ہے
اس قابل ہے کہ جملہ عجیب واقعات کو جو پیش نظر ہوں صحیح طور پر سمجھ کر اونکی اصلیت بیان کر سکے
اور جن قوانین کے تابع کہ یہ قدرتی واقعات ہوں اُن سے فیض حاصل کر سکے +
بار ہا تجربہ ہوا ہے کہ ایک شئے یا مادہ محض گرمی کے درجہ کمی و بیشی کے باعث ایک دوسرے
سے نہایت مختلف اور نہ ملنے والی شکلوں مین نظر آتا ہے +
مجھے پھر آپ صاحبوں کو پانی کی نسبت یاد دلانا ہے۔ جس کو ہم مختلف شکلوں مین دیکھتے
ہین یعنی بطور رقیق شئے۔ بطور کہرا۔ بطور بھاپ۔ بطور بادل۔ محض گرمی کی کمی و بیشی (درجہ)
کے سبب یہ حالتیں پانی کی پیدا ہوتی ہیں اور ہر حالت مین مادہ یا شئے واحد ہی ہے +
نروس بیماریوں کی تشخیص مین علم طب اتنا ہی قاصر ہے جتنا کہ اونکے اچھا کرنے مین +
بہت سی صورتوں مین تو ڈاکٹر صاحبان نروس بیماریوں کو بالکل شناخت ہی نہیں کر سکتے۔
کتنے ہی بہت سے نروس مریضوں نے ہر دیگر جگہ آزما کر مجھ سے علاج رجوع کیا ہے +
یہ تمام اشخاص پیشہ طبابت کے اس بارے مین ناقابلیت کا زندہ ثبوت ہین + ڈاکٹر صاحبان
نے اُن مین سے بہتوں کو بالکل تندرست تجویز کیا تھا۔ اور اونکی شکایت یا مرض کو محض
خیالی ہونا ظاہر کیا۔ اور مین چہرہ کی صورت و حالت کے علم (سائنس آف فیشل اکسپریشن)
کی مدد سے فوراً ہی مریض مین مادہ فاسد کا بہت موجود ہونا معلوم کر سکا + میرے طریقہ علاج
سے میرے سب نروس مریضوں نے اپنی حالت مین حیرت انگیز افاقہ اور ترقی کا جلد وقوع
مین آنا معلوم کیا ہے اور اُنھوں نے یہ بھی دیکھا ہے کہ جتنا زیادہ اخراج مادہ فاسد کا ہوا
اوسی کے مطابق نفع اور آرام بھی ہمیشہ ہوتا گیا + جس کسی نے ایک بار مادہ کے اس اخراج کی
طرف توجہ کی ہے اور اپنی حالت کے مستقل طور پر ترقی کرنے کا تجربہ کیا ہے وہ شخص

میرے طریقہ تشخیص کی صحت مین اور میرے طریق علاج کی کامیابی مین ایک لمحہ بھی آیندہ شک نہین کرسکتا +

جو لوگ میرے طریقے پر چلنے والے ہین اونکو فن شفا کے عامل بن جانے مین میرا طریقہ تشخیص ایک بار ہمیشہ کے واسطے بہت عمدہ مدد بخشے گا + اوسکی مدد سے ہر نروس بیماری کی صحیح تشخیص ممکن ہے اور اُسی کی مدد سے یہ بھی ممکن ہے کہ خود مریض کو اپنے مرض کے موجود ہونے کی خبر ہونے سے برسون پیشتر اُس کے امراض کی آہستہ پیدایش اور افزایش معلوم کر لیجاوے جیسا کہ سائنس آف فیشل ایکسپریشن کے رسالے مین صاف تحریر کیا گیا ہے - پیٹھ (پشت) مین مادۂ فاسد کا جمع ہونا خاصکر ایک علامت نروس بیماری کی ہے +

دماغی عوارض - جملہ دماغی عارضون کا بھی یہ ہی حال ہے + اسی طرح اونکی صحیح خاصیت کے بارے مین ڈکٹرون مین بالکل غلط فہمی ہے + وہ سبب جو معمولاً بیان کئے جاتے ہین خلل دماغ کا باعث نہین ہوتے بلکہ اسکا باعث محض جسم کے اندر مادۂ فاسد کا بار ہوتا ہے جو مادہ فاسد کہ سالہا سال سے جمع ہوتا آیا ہے + دماغی عارضہ مین اور اُس فالج مین جس کو **پروگریسیو** (درجہ بدرجہ بڑھنے والا) کہتے ہین آخری اور اکثر ناقابلِ علاج نوبت آپہونچتی ہے جیسا کہ مین پہلے لکھ چکا ہون یہ آہستہ جمع ہونے والے پوشیدہ فاسد مادّے **ہاضمہ کی قوتون کے - بوجہ خلاف قدرت طرز معاشرت کے** بتدریج کمزور ہو جانے سے پیدا ہوتے ہین + قدرتی طور پر چونکہ سب لوگ یکسان خلاف قدرت زندگی بسر نہین کرتے ہین اس لئے ہر شخص دماغی عارضہ مین مُبتلا نہین پایا جاتا + اس بیماری کا ہونا مادہ فاسد کی پیدایش اور افزایش اور اوسکی تیزی پر

منحصر ہے + دماغی مرض جب ہی پیدا ہوتا ہے جبکہ جسم کے اندر مادہ فاسد بہت جمع ہوگیا ہو۔ اور یہ بھی اوسی وقت جبکہ پشت مین مادہ فاسد ہونے کے ساتھ سر کی طرف اوسکی (یعنی مادہ فاسد کی) یورش ہو + دماغی عارضون کی زیادتی اور کثرت کا الزام صرف ایک حد تک ذمہ روز افزون شایستگی کے ہے کہ یہ شایستگی لوگون کو قانون قدرت کے خلاف عمل کرنے اور قدرت کے ناقابل ترمیم قاعدونکو توڑنے پر انسان کو مجبور کرتی ہے + خاص الزام محکمہ ڈاکٹری کے ذمہ ہے جنکی رائین اور قاعدے متعلق تندرستی کے بالکل خلاف اس امر کے ہین کہ جو نیچر یعنی قدرت سکھلاتی ہے + پانی کو مضر صحت مان کر اُس سے یعنی پانی سے پرہیز کیا جاتا ہے اور بجاے اسکے بیر۔ واین۔ اور اور شرابین جن مین الکوہل شامل ہے خواہ میزل واٹر (وہ پانی جس مین معدنیات مثل گندھک وغیرہ شامل ہون) استعمال کیجاتی ہین + انسان اس کثرت سے حقہ پیتے ہین کہ چمنی (دھوان نکلنے کا مینار) بن جاتے ہین اور نیز شراب اس کثرت سے پیتے ہین کہ شراب کے پیپے بنجاتے ہین + جسمانی کمزوری اور سستی اسکا قدرتی انجام ہے +

پس کچھ تعجب نہین جو اس طرح کمزور کی ہوئی رگین (نروس) محرک دواون سے ہمیشہ مضبوط کئے جانے کی محتاج ہون + اور وہ کمرے اور کارخانے جنہین آدمی حد سے زیادہ بھرے ہون تندرستی کا بہت خون کرتے ہین +

دیہات مین جہانکہ باشندے ابتک کم و بیش موافق قدرت کے زندگی بسر کرتے ہین اور برابر کھلی ہوا مین کام اور محنت کرتے ہین اور جہان حال کے محکمہ ڈاکٹری کے بنائے ہوے قواعد متعلق تندرستی نے ابتک عام رواج نہین پایا دماغی عارضہ کو قریب قریب جانتے ہی نہین + اگر پایا بھی جاتا ہے تو عادی شراب خورون کی اولاد مین ہی یہ دماغی

عارضہ ہوتا ہے + ایسا بچہ موروثی مادۂ فاسد کے بارہین مبتلا رہتا ہے اور یہ مادہ عارضہ دماغی خواہ کسی خوفناک عارضہ کا باعث ہوتا ہے + کیونکہ اولاد ہمیشہ اپنے ماں باپ کی جسمانی ساخت اور مزاج کی سچی نقل ہوتی ہے +

شرابین جسم کے اوپر ہضم کا اتنا بھاری کام ڈالتی ہین کہ کسی اور کام کے واسطے طاقت باقی نہین رہتی + شراب خورون کو جو حد سے زیادہ تکان اور کوفت اور اکثر خلاف قدرت نیند معلوم ہوتی ہے اسکا یہی سبب ہے - کیونکہ اونکے معدون کو غیر معمولی ہضم کا کام اختیار کرنا پڑتا ہے - ہضم کے وقت غذا کے سڑنے کے دوران مین جو ہوائین پیدا ہوتی ہین اونکا جو دباؤ اور اثر دماغ پر پڑتا ہے وہ زیادہ کثرت سے شراب پینے والون مین دماغی عارضون کا سبب ہوتا ہے - باپ کے نشہ کی حالت مین ہونے کے وقت جو حمل قرار پاتا ہے چاہے نشہ پورا ہو یا کم - تو بچہ تقریبًا ہمیشہ دیوانگی کی طرف مائل پایا جاوے گا - اگر درحقیقت اس حالت کو پہونچنے سے پہلے مر نہ جاوے +

ہر دماغی عارضہ جو خواہ موروثی خواہ مکسوبہ مادۂ فاسد کے جمع ہونے سے پیدا ہوا ہو ہمیشہ ہضم کی غیر معمولی حالت یعنی ہضم کے خلل سے پیدا ہوتا ہے اور پس اوسکی ابتدا بمثل تمام دیگر عارضون کے شکم خورد (پیڑو) مین ہوتی ہے +

جتنا زیادہ سادگی سے اور موافق قدرت کے انسان زندگی بسر کرتا ہے اوتنا ہی زیادہ وہ تندرست اور خوش رہے گا + یہی سبب ہے کہ حبشی اوس وقت تک دماغی عارضہ سے محفوظ تھے جب غلامی کا رواج تھا اور جب اسکی وجہ سے اونکو مجبورًا محنت اور کفایت سے زندگی بسر کرنا پڑتی تھی - بخلاف اسکے اب وے بحالت آزاد ہونے کے اور اعلے درجہ کے طریقہ زندگی سے فائدہ اوٹھانے کے اون تمام خرابیون کے نیز مشق مین جو شائستگی کے

زہر نوش کرنے سے پیدا ہوتی ہین +

یہ بخوبی معلوم ہے کہ دماغی عارضہ عورتون ہین بمقابلہ مردون کے عام طور پر کم ہوتا ہے سبب اسکا بیشک یہ ہے کہ عورتین عام طور پر بمقابلہ مردون کے زیادہ اعتدال کے ساتھ زندگی بسر کرتی ہین خاصکر دربارہ تمباکو اور شراب کے استعمال کے + اُن صورتون ہین جہان عورتین دیوانگی مین مبتلا پائی جاتی ہین - بیماری کا سُراغ تقریبًا ہمیشہ موروثی مادہ فاسد تک چلایا جا سکتا ہے +

دماغی خلل کی بہت سی صورتون ہین یہ دیکھا گیا کہ بیماری کے پہلے یا بیماری کے ساتھ جسمانی اور دماغی حرکت اور مستعدی زیادہ پیدا ہوتی ہے - جسکا سبب خاص ان امراض کے ڈاکٹران بالکل بیان نہین کر سکتے - جسم مین اور خاصکر دماغ مین مادہ فاسد کا بتدریج جمع ہونا دماغ پر برابر زیادہ بڑھنے والا اثر اور دباؤ ڈالتا ہے اور اس طرح اعصاب کے مرکزون پر اثر ڈالتا ہے اور برسون کے عرصہ مین انجام یہ ہوتا ہے کہ ان اعضا مین غیر معمولی شدت کی مستعدی اور حرکت پیدا ہو جاتی ہے + اسکا ظہور بہت مختلف ہوتا ہے جیسا کہ نروس بیماریون کے بارے مین پہلے بیان کر چکے ہین + جسم اور دماغ بلا استراحت ایک کام سے دوسرے کی طرف دوڑتے ہین اور کہین امن اور آسودگی خاطر نہین پا سکتے ہین - لڑکپن مین یہ غیر معمولی حالت اکثر بطور خاص قابلیت کے نظر آتی ہے اور جوانی تک اسکے خلاف دوسری حد تک تبدیلی واقع نہین ہوتی - عجیب الخلقت بچے طفولیت سے گذر کر خاص قابلیتین بہت کم ظاہر کرتے ہین +

دماغی عارضون کا سبب پُشت مین مادہ فاسد کا جمع ہونا ہے جس کا اثر خوفناک شکل ہو کر خود کی خاص رگون پر اسپینل کارڈ (خاص رگ موٹی) پر اور نروس سمپیتھائی کس پر ہوتا ہے

اگر مادّہ فاسد کو جسم کسی حاد (تیز) بیماری کے سبب سے خارج نکر سکے پوشیدہ بجائے سے غیر مرض کی کوئی حالت پیدا ہو سکتی ہے جو بڑھ کر آخرش خلل دماغ تک پہونچتی ہے + حاد (تیز) بیماریوں مین دماغی خلل اکثر جلد پیدا ہو جاتے ہین اور جلد دفع بھی ہو جاتے ہین مطابق اُس دباؤ اور اثر کے جو کہ مادہ فاسد اندر پیدا کرتا ہے + بخلاف اسکے جنون کی بہت سی صورتون مین دماغ کے بالکل صحیح ہوجانے کے اوقات کم زیادہ ذرا دیکھنے مین آئے ہین کیونکہ مادہ فاسد کا دباؤ کچھ عرصہ تک درمیان مین کم ہو گیا تھا + لیکن جس وقت مادہ فاسد کا اثر اور زور پھر شدت کا ہو جاتا ہے اُس وقت دماغ کے صحیح ہونے کی عارضی حالت جاتی رہتی ہے +

پروگریسیو پرالیسس (بتدریج زیادہ ہونے والا فالج) سوائے دماغی عارضہ کے زیادتی کی نوبت کے اور کچھ نہین ہے + ڈاکٹرون کو جب ہم شد و مد سے یہ کہتے ہوئے سُنتے ہین کہ جو لوگ اس قسم کے فالج مین مبتلا ہوتے ہین وہ اکثر نہایت تندرست اور توی ہوتے ہین تو ہمکو محض یہ ثابت ہوتا ہے کہ ڈاکٹر صاحبان اصلی تندرستی سے بہت ہی کم واقف ہین + اس سے بہتر ہمکو اس بارے مین آگاہی ہے۔ ہم یہ جانتے ہین کہ کوئی خوفناک بیماری مثل پروگریسیو پرالیسس کے اسقدر یکبارگی نہین آسکتی بلکہ **سائنس آف فیشیل اکسپریشن** کے ماہر کو بیماری سے ایک عرصہ پہلے اوسکے ابتدائی درجے اور نوبتین معلوم ہو جاتی ہین لہذا ہم جانتے ہین کہ یہ بیان محض بے معنی اور لغو ہے کہ نہایت ہی تندرست انسان یکبارگی دماغی عوارض مین مبتلا ہو سکتے ہین +

دماغی بیماریاں مادہ فاسد کو جو اونکا سبب ہے خارج کرنے سے ہی اچھی ہو سکتی ہین یا دفع ہو سکتی ہین + میرے علاج کے تجربے مین بہت سے مریضانِ جنون اِس طریقے سے

شفا پا چکے ہین۔ جنسے میرے بیانات کی صداقت بخوبی ہوتی ہے + یہان مین ایک ہی ایسے مریض کا ذکر لکھتا ہون +

ایک لڑکی ۲۳ سال عمر کی کئی سال سے فقط جنون مین مُبتلا تھی اُسکو میرے پاس اوسکے والدین (جنکو اوسکی حالت ہمیشہ باعث تردد تھی) لائے + مادہ فاسد کا مقام موافق مراد تھا لہذا مین نیک نیتی سے اوس کے والدین کو یہ صلاح دے سکا کہ کم سے کم میرے طریقہ علاج کی آزمائش کرین + مریضہ کی حالت یہ تھی کہ وہ خود غسل بھی نہین کرسکتی تھی اوسکی مان اوس کو غُسل کراتی تھی + لیکن چار ہفتہ مین اوسکی حالت اتنی بہتر ہوئی کہ وہ خود بانفسہ (غسل) لے سکی۔ اور نیز آیندہ اوسکی عادات مین ناپاکی نہ رہی۔ چھ مہینے کے اندر وہ اپنے خاندان کے تندرست آدمیون مین شمار ہونے لگی +

یہ حیرت انگیز جلدی کی شفا اس وجہ سے ممکن ہوئی کہ مادہ فاسد کا مقام اوسط درجہ موافق مراد تھا جس کے سبب سے ہاضمہ کی اصلاح زیادہ جلد ہوسکی + شفا اس وجہ سے بھی زیادہ آسان تھی کہ مریضہ بتّراتی نہ تھی بلکہ خلاف اسکے لاپروا اور سکوت کے ساتھ مستردد رہتی تھی +

لیکن اُن صورتون مین جہان مادہ فاسد کا مقام کم موافق مراد ہوتا ہے یا جہان مریض کی حالت ایسی ہوتی ہے کہ میرے طریقے کے موافق علاج ممکن نہین تو بیماری قابل شفا نہین خیال کی جاسکتی + مثلاً مینے اکثر ایسی صورتین دیکھی ہین کہ مریض غسل لینے پر کسی طرح آمادہ نہین کیا جاسکا + عام طور پر دماغی خلل مثل عارضہ سل کے بیماری کا اخیر درجہ ہے۔ لہذا امید شفا خصوصًا اسی مین ہے کہ بیماری کا علاج اوسی وقت سے شروع کیا جاسے جب تک کہ وقت مناسب اوسکے لئے باقی ہے + سابق مین یہ بات غیر ممکن تھی کیونکہ

صحیح طریقۂ علاج معلوم نہ تھا اور بیماری اول اُس وقت معلوم ہوتی تھی جب شفا کے ساتھ علاج کرنے کا وقت جاتا رہتا تھا + آجکل میری کتاب سائنس آف فیشل اکسپریشن مین کبھی خطا نکرنے والا ذریعہ دماغی عارضہ کی آمد کو برسون پہلے معلوم کرنے کا موجود ہے۔ نتیجہ یہ کہ ہم اس عارضہ کا مقابلہ یقینی کامیابی کے ساتھ کرسکتے ہین + بہت سے دماغی عارضے آجکل ناقابل علاج تجویز کیے گئے ہین لیکن یہ راے بالکل خلاف واقعات ہے + اسکی تائید مین حسب ذیل ذکر مین ایک مریض کی شفایابی کا لکھتا ہون +

یہ مرض سخت پروگریسیو پیرلیسس کا تھا۔ جو آتشک کے بعد ہوا تھا + مریض بہت برسون سے ہاضمہ کی کمزوری مین مبتلا تھا جو بوجہ دماغی بے چینی (کاروبار کے تفکرات جس کے سبب تھے) ہمیشہ بد تر ہوتا رہا۔ باوجودیکہ ہر قسم کا علاج کیا گیا + جولائی سنہ ۹۹ء مین مریض کئی طبیبون کی صلاح سے اُس مقام پر گیا جہان مینرل واٹر (معدنی اشیا سے ملا ہوا پانی) کا چشمہ تھا + اونکا اتنا خراب اثر ہوا کہ اوسکی حالت اور بھی زیادہ خراب ہوگئی + اوسکی گفتگو بہکی بہکی ہونے لگی اور اب اُس کو یہ ہوش نہ رہا کہ مین کیا بکتا ہون + پس بہت مشہور طبیبون مین سے چار اطبا بلائے گئے اور بعد مشورہ دراز اُنھون نے مرکری (پارہ) کی ہشن تجویز کی (لیکن اسکا استعمال دوہی دفعہ ہوا) + مریض کی حالت آخرکار اتنی خراب ہوگئی کہ جب طبیب کچھ سوال کرتا تو مریض صرف اُس سوال کو دوہرا سکتا تھا۔ کچھ جواب نہین دیسکتا تھا + اسی طرح جب امید شفا بالکل جاتی رہی تو مریض کو مقام ویانا کو لے گئے تاکہ ایک مشہور ڈاکٹر سے جس کو ایسے مرضون مین خاص مہارت تھی مشورہ لین + تشخیص سے ظاہر ہوا کہ مریض کو مرض اٹروفیا سری بری (دماغی اٹروفی)[1] متعدی قسم کا اور مرض

---

[1] یعنی دماغ کا زائل ہونا + ۱۲

پروگریسیو پیرلیسس تھا اور مریض کو پاگل خانہ مین جلد بند کرانا پڑیگا + اس ڈاکٹر کی راے
مین کوئی امید افاقہ کی نہ رہی تھی تاہم اوسنے آیوڈین پینے کے واسطے تجویز کیا۔
(اس تجویز پر عمل نہین ہوا) ایک دوست کے کہنے پر مریض کو اوسکے رشتہ دار لیکر سیدھے
مقام لیپزگ مین آئے تاکہ میرے طریقہ علاج کی آزمایش بطور "اخیر تدبیر" کے کرین +
معالجہ کے شروع مین مریض ایک لفظ نہ بولتا تھا۔ وہ بالکل لاپرواتھا اور جو اُس سے
سوال کئے جاتے تھے اونکی طرف توجہ نکرتا تھا + علاوہ اسکے وہ اپنی قدرتی ضروریات کو مثل
انسان کے رفع کرنے کے قابل نہ تھا کیونکہ جسم مین ارادہ کی قوت بالکل باقی نہ تھی + ٹھنڈک
پہونچانے والے باتھ (غسل) اور سادہ قدرتی غذا کا یہ نتیجہ ہوا کہ جلد افاقہ معلوم ہونے لگا
اور تین ہی دن مین ہاضمہ اصلاح پذیر ہوگیا + گئے ہوئے حواس ایک ہفتہ مین پھر ٹھیک آگئے
اور وہ پھر گفتگو کرنے کے قابل ہوگیا + برابر اصلاح اور کمی جاری رہی اور آٹھ ہفتہ مین اوسکو
پوری شفا ہوگئی کیونکہ پروگریسیو پیرالیسس کے سب علامات دُور ہوگئے +

بیماری کے وحدت کے مسئلہ کا حیرت انگیز ثبوت ان دو مریضون کے
معالجون سے ہوتا ہے + اگر دماغی امراض کی اصل بنیاد وہی نہوتی جو دیگر امراض کی ہے تو اونھین
اونھین وسایل سے جو کہ دیگر امراض کے علاج مین اسقدر مفید ثابت ہوئے ہین ترقی کرنا (جیسا
ان مریضون کے علاج مین ہوا) ممکن نہوتا +

امراض پھیپھڑہ-پھیپھڑہ کا ورم معہ سوزش-سل یا چھئی روگ
ذات الجنب-لیوریس

ایک اور مرض جو طبیبوں کو پریشان کرتا ہے اور چکر مین ڈالتا ہے۔ اور سب موجودہ علاجونکا تحقیر کے ساتھ مقابلہ کرتا ہے وہ سل یا چھئی روگ ہے + موجودہ زمانہ مین یہ ملک الموت ہے جو کہ تمام بنی انسان کو ہیبت دلانیوالا اور بلا لحاظ عمر اور پیشہ اپنے مریضون کا شکار کرنیوالا ہے + غالبًا کوئی دوسری بیماری ایسی زیادہ دنیا مین نہین پھیلی ہوئی ہے جیسا کہ پھیپھڑے کے ضائع ہونے کا مہلک مرض اپنی مختلف شکلون اور حالتون مین + ظاہرا علامات اس بیماری جانکاہ کی ایسی مختلف ہوتی ہین کہ دو مریضون مین شاید کبھی ہی یکسان ہون + ایک مریض کو شکایت ہے کہ سانس لینے مین تکلیف ہوتی ہے - یہ دمہ ہے۔ دوسرا اور درد سر کی شکایت کرتا ہے۔ تیسرا خرابی ہاضمہ کا شاکی ہے۔ اور چوتھے کو اُس وقت تک کچھ بھی معلوم نہین ہوتا جب تک کہ دو ہفتہ قبل اوسکی موت کے دفعتًہ سوزش اور ورم اوسکے پھیپھڑون مین پیدا نہو جادین۔ پانچوین کو بھی کچھ نہین معلوم ہوتا جب تک کہ دفعتًہ سل تیز رو[1] اوسپر حملہ آور نہو جاوے۔ اور وہ چند ہی دن مین جان بحق ہو جاتا ہے + چھٹا یقین کرتا ہے کہ اوسکی ہڈیان سڑنے لگین حالانکہ درحقیقت اوسکو مرض سل ہے + بہت سے اشخاص جنکے پھیپھڑون مین خرابی ہے اُن کے کندھون مین درد ہونے لگتا ہے۔ اور بہت سے ایسے ہین جن کو امراض چشم و گوش ہو جاتے ہین جس سے کہ اصلی سبب مرض کا پوشیدہ رہتا ہے۔ اکثر اوقات حلق کی بیماری- حلق کی سوزش

[1] یہ گیلپنگ کنزمپشن کہلاتی ہے- گیلپنگ یعنی دوڑتی ہوئی- کنزمپشن یعنی سل + ۱۲

ہوا کی نالیون کی سوزش - ناک کی جھلی کی پُرانی سوزش وغیرہ وغیرہ کی اصلی جڑ سل ہوتی ہے + علیٰ ہذا بعض اشخاص پاؤن کی پُرانی بیماری مین مبتلا ہوجاتے ہین یا ٹانگون اور پیرون پر کشادہ زخم ہوجاتے ہین - اور لیوپس[1] اور ہرپیز[2] کی بیماریان بھی ہمکو ملتی ہین جو کہ اسی طرح ہر شخص کو جو میرے اس علم سے جسکے ذریعہ سے چہرے کو دیکھ کر امراض جانے جاتے ہین پوری واقفیت نہ رکھتا ہو - بیماری کی اصل جگہ کے دریافت کرنے مین دھوکے مین ڈالتی ہین +

قریب قریب تمام اُن اشخاص کا جنکی طبیعت کو کہ مرض سل کی طرف رجحان ہوتا ہے یا جن کو سل ہوتی ہے - یہ خاصہ ہے کہ وے کم و بیش اپنے مُنہ کھلے رکھتے ہین - دن ہی مین نہین بلکہ شب مین بھی سونے کی حالت مین تاکہ ہوا اندر جلدی جلدی جاوے + اسکی وجہ یہ ہے کہ اندرونی گرمی جسم مین زیادہ بڑھ جاتی ہے جس کو کہ ضرورت باہر سے ٹھنڈی ہوا کے جلد جلد پہونچنے کی ہوتی ہے +

پھیپھڑون کا یہ کام ہے کہ اُس خون کو جو کہ جسم مین گردش کرتا ہے بذریعہ تازہ ہوا کے ہر وقت صاف کرتے رہین + جب کہ وے یہ کام مناسب طور پر اس وجہ سے کہ مادہ فاسد اونمین موجود ہے نہین کر سکتے تو تمام فضولی[3] مادہ جو کہ دوسری حالت مین خارج ہو گیا ہوتا

---

[1] زہریلی بیماری ہے جس سے نتھنے کی ہڈیان گل جاتی ہین + (اخیر صفحہ ۲۶۲ و ۲۶۳ ملاحظہ طلب ہین)

[2] اسکا نام مکڑی ہے - ایک قسم کی بیماری ہے اسکا مفصل ذکر صفحہ ۲۹۳ پر دیکھئے +

[3] خون کے صاف کرنے سے جو خراب مادہ نکلتا ہے + ۱۲

جسم مین ہی رہتا جاتا ہے اور برابر مقدار مین بڑھتا جاتا ہے۔ اور اُس مادہ فاسد کو
جو کہ پیشتر سے موجود ہے مقدار مین بڑہاتا جاتا ہے + اس کام مین پھیپھڑون کا تعلق
خاصکر ہے اور وے ہی اس وجہ سے سب سے زیادہ نقصان اوٹھاتے ہین۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے
کہ خون کی حالت بالکل غیر معمولی ہو جاتی ہے جس سے کہ جسم کے اندر ایک خشک کرنے والی
مُہلک گرمی پیدا ہو جاتی ہے + اس اندرونی بڑھی ہوئی حرارت کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ
پھیپھڑون مین پورانی سوزش ہو جاتی ہے اور وے گلنے لگتے ہین۔ ایسے گلے ہوئے
حصے وہ شے ہو جاتی ہے جو مُردہ حصہ (ڈیڈ ٹشیو) کہلاتا ہے اور کہثر کھانسنے مین
بہ شکل بلغم خارج ہوتا ہے +

آجکل تمام زائل کرنے والی بیماریان صحیح طور سے بڑے خوف کی نگاہ سے دیکھی جاتی ہین
ادویہ کے ذریعہ سے علاج کرنے والا طبیب۔ اسمین بحث ہو نہین سکتی۔ ان امراض کی
یقین کے ساتھ تشخیص پھیپھڑون کے فعل کی آواز کو سُنکر اور اونکو ٹھوک کر اس وقت تک
نہین کر سکتا جب تک کہ وے اُس حالت کو نہ پہونچ گئے ہو وین کہ عموماً اونکو شفا دینا
غیر ممکن ہے۔ باوجود اس امر کے کہ ایسی زائل کرنے والی بیماریون کی ابتدائی حالت بیماری
کے واقعی شروع ہونے سے برسون پیشتر معلوم ہو سکتی ہے مگر یہ خیال کر کے افسوس ہوتا ہے
کہ ڈاکٹر لوگ اپنے نادرست طریقہ تشخیص کے ذریعہ سے اونکو دریافت کرنے مین ناقابل ہین
مسلول پھیپھڑہ کا اچھا کرنا بذریعہ مشہور ٹوبرکیولین[1] کے ایسا ہی غیر ممکن ہے جیسا کہ اوسپر
عمل جراحی کرنا۔ جیسا کہ حال ہی کوششین پھیپھڑے کے گڈھے[2] کو کاٹ کر علیحدہ

---

[1] ایک دوا ہے جسکا ٹیکہ مرض سل کے آرام کرنے کے لئے لگاتے ہین۔ ۱۲

[2] یعنی وہ حصہ جو کہ بوجہ زخم سل کے خالی ہو گیا ہے + ۱۲

کر دیتے ہین ہوئی ہین + درحقیقت کوئی علاج ایسا نہین ہے جو کہ پھیپھڑے کے زائل
ہونے کی کارروائی کے نقصان کے لئے اثر تریاق کا رکھتا ہو - مگر ایک ذریعہ ایسا ہے
جس سے کہ ہم زائل ہونے کی کارروائی کو اوسی رستہ سے واپس کر سکتے ہین جس راستہ
سے کہ یہ رفتہ رفتہ اکثر برسون تلک ترقی پاتی رہی ہے + اپنے طریقے سے مین بیماری
کے ترقی کرنے کو پھر اولٹا واپس کرنے مین کامیاب ہوتا ہون +

سب سے ضروری امر جملہ امراض پھیپھڑہ کے علاج مین یہ ہے کہ اونکی ابتدائی حالتون کا
مناسب وقت مین تمیز کر لینا - جو کہ میرے سائنس آف فیشل ایکسپریشن کے ذریعہ
سے ہی برسون پیشتر اور اکثر اوقات ایام طفولیت مین ہی جان پہچان سکتی ہین + اس وجہ سے
میرا طریقہ تشخیص مسلول کے لئے بہت کارآمد ہے + ڈاکٹرون کے لئے اس مرض کا مناسب
وقت پر تشخیص ہو جانا یا نہو جانا ایک سا ہی ہے - کیونکہ وے لوگ سل کو آرام نہین کر سکتے
خواہ اوسکی ابتدائی حالت ہو یا اوسکے بعد کی - ابتدائی حالتین ایسی ہوتی ہین کہ مریض کو عموماً
خود اُس مرض کا ذرا سا بھی خیال نہین ہوتا اور اس وجہ سے اکثر یہ بہت مشکل ہوتا ہے کہ
مریض کو اس امر کا یقین دلایا جاوے کہ اوسکی طبیعت اس مرض سل کی طرف مائل ہے +
بہت عمدہ ارادون سے جوش مین آکر اسی طور سے مینے اپنی ایک خادمہ کو جو کہ ظاہرا مضبوط
اور تندرست لڑکی تھی مطلع کیا کہ وہ سل کے مرض مین مبتلا ہے - اور اوسکے لئے یہ اچھا ہوگا
کہ وہ میرے طریقے پر علاج شروع کر دے + ورنہ اوسکی بیماری ایک سال کے اندر ہی ہلاک
ہو جاوے گی + لڑکی نے غصہ ہو کر کہا کہ وہ بالکل اچھی ہے اور اوسے کوئی علاج
کرنے کی ضرورت نہین ہے + مین نے کچھ نہین کہا - مگر اوس کے مرنے کے چار
مہینے پیشتر تین ستے اوس کو دوبارہ نصیحت کی مگر افسوس وہی نتیجہ ہوا جو کہ پہلے رہا تھا +

تین مہینے بعد اُس نے چارپائی پکڑلی اور چار ہفتہ کے اندر تیز رو سل کا شکار ہوئی +

اب مین امراض پھیپھڑہ کے اسباب کا بیان کرونگا + پھیپھڑون کے جملہ امراض کسی پیشتر کے لاحق شدہ مرض کی جسکو پُورا آرام نہین ہوا اور جو کہ ادویات کے ذریعہ سے دبا دیا گیا ہے۔ آخری حالتین ہین + اکثر پھیپھڑون کی بیماریون کی ابتدا (جڑ) امراض آلات تناسل سے ہوا کرتی ہے اور یہ ہی حالت اُن بچون کے ساتھ بھی ہوتی ہے جو کہ جنم سے ہی اس مرض کی طرف مائل ہوتے ہین + مادّہ فاسد جسم مین جمع ہوکر پرانا ہوجاتا ہے اور پیدائش کے وقت پھر بچہ مین ظاہر ہوتا ہے جو کنٹھ مالی یا چھئی روگی ہوجاتا ہے + منی درحقیقت ایک قطرہ ہے جس مین کہ تمام خواص والدین کے موجود ہوتے ہین اور وہ اولاد مین بھی منتقل ہوجاتے ہین - مین نے دیکھا ہے کہ وہ لوگ جن کو کنٹھ مالا کی بیماری ہوتی ہے بلا کسی مستثنیات کے بعد کو مُبتلائے مرض سل ہوجاتے ہین گو یا کہ پہلا مرض پچھلے مرض کی محض ایک ابتدائی حالت ہے + پس یہ دیکھا جاسکتا ہے کہ شروع مین یعنی کنٹھ مالا کی بیماری کی حالت مین جسم مین کافی طاقت مادّہ فاسد کے باہر نکال دینے اور اعضاے رئیسہ کے محفوظ رکھنے کی ہوتی ہے + جسم و مبدم طاقت کو کھوتا جاتا ہے اور آخرکار یعنی جبکہ حالت سل کی ہوجاتی ہے اس قابل نہین رہتا کہ اندرونی اعضا کا مادّہ فاسد سے زائل ہونا روک سکے + یہ بالکل غیر ممکن ہے کہ اُن لوگون کو جو حقیقت مین تندرست ہین کسی قسم کی سل کی بیماری بحالت موجود ہونے چند روزہ مادہ فاسد کے دفعتًا دُکھ دے سکے باوجودیکہ کتنے ہی سل کی بیماری کے کیڑے بذریعہ سانس اونکے جسم کے اندر چلے جاوین + مرض سل کے ترقی پانے کے لیئے اندرونی حرارت بہت زیادہ اور زائل کرنے والی ہونی چاہیئے کیونکہ اُس مرض کے کیڑے ایسی ہی غیر معمولی حرارت مین ترقی پاتے ہین +

ایسی زیادہ غیر معمولی حرارتون کا جسم مین صرف خاص حالت موجودگی مادہ فاسد مین ہونا ممکن ہے۔ کیا تو یہ کئی پشت سے چلی آئی ہین یا جہان کہ مریض نے بوجہ خلاف قدرت زندگی بسر کرنے کے اپنی تندرستی کو بالکل کھو دیا ہو۔

خاص امر صریحًا یہ معلوم کرنے کا ہے کہ پھیپھڑے کی تمام بیماریون کی جڑ مثل جملہ دیگر بیماریون کے شکم مین ہے۔ یعنی ہاضمہ کے بہت خراب ہو جانے کی حالت مین + گو کہ بہت سی حالتون مین مرض کا ورانتًا پہونچنا بھی ممکن ہے لیکن ایسے موقع پر ہم کو یہ خیال نہین کرنا چاہئیے کہ پھیپھڑون مین مادہ فاسد براہ راست سرایت کر گیا ہے + اصلیت یہ ہے کہ بمقابلہ دیگر اعضا کے پھیپھڑے مناسب طور سے نہین بڑھے بلکہ کمزور اور نازک رہ گئے اور چونکہ ایسی حالت مین اونمین روکنے کی طاقت کم ہو جاتی ہے پھیپھڑے قدرتًا بہت زیادہ مادہ فاسد کے جمع ہو جانے کی جگہ بنجاتے ہین + مادہ فاسد جو جسم مین جمع ہوتا ہے بوجہ ناقص ہاضمہ اور اندرونی دباؤ کے اُس جگہ مین خاصکر اکٹھا ہوجاتا ہے جہان کہ اُس کو کم سے کم رکاوٹ ملتی ہے + اس وجہ سے یہ بہت ضروری ہوا کہ وے لوگ جن کو موروثی امراض پھیپھڑے کی طرف رجحان ہے اپنے جسم مین اور زیادہ مادہ فاسد کے جمع ہونے کو روکین +

وہی سبب جسکی وجہ سے کہ ہمارے عجائب گھرون مین گرم ملکون کے بندر سل کی بیماری سے جلد جلد مرجاتے ہین (یعنی کمزوری ہاضمہ بوجہ تبدیل غذا کے) نیز اسکا بھی

نوٹ سل

مراد ہے غیر معمولی حرارتون سے +

باعث ہے کہ اون پر اس مرض سل کے حملے اسقدر جلد جلد کیون ہوتے ہین + ؟
اِس وقت تک محض الزام سرد آب ہوا[۱] پر ہی لگایا گیا ہے - اسمین صرف اسی قدر سچائی ہے کہ
زیادہ سرد آب و ہوا ہمیشہ ہضم ہونے مین غذا کے پکنے اور اوس مین جوش آنے کو سُست
کرتی ہے + اور یہ حالت خاصکر اُس وقت زیادہ ہوتی ہے جبکہ جانورون کو وہ غذا بھی نہ ملے
جوکہ نیچر نے اونکے لئے تجویز کی ہے - اور ایسی حالتمین دو[۲] باتین اونکے خلاف اثر کرتی ہین +
مجکو اکثر موقعے ایسے ملے ہین کہ بندرون مین اونکے گرم ملک سے علیحدہ کئے جانے
کے بعد اونکی تندرستی کی مختلف حالتین دیکھون - اور مین اپنی تشخیص سے اِس امر کا ٹھیک ٹھیک
اطمینان کرسکا ہون کہ ابتدا مین اونکا ہاضمہ غیر معمولی ہوگیا تھا - اور تب دوسری
خرابیان واقع ہوئین + انسان کے ساتھ بھی ٹھیک ٹھیک ایسا ہی ہے - فرق یہی ہے
کہ اوسکی حالتین معمولاً زیادہ بہتر ہوتی ہین - کیونکہ ہم لوگ عادی آب وہوا کے ہوگئے
ہین + پس ہم لوگون کو درحقیقت صرف اپنی غذا اور طرز معاشرت کا ہی لحاظ چاہیئے +
مرض سل کے بیمارون مین مینے اکثر اس امر کا خیال کیا ہے کہ جسم کی بوجہ بیحد اندرونی
گرمی سے خشک ہوجانے کے ایسی حالت نہین رہتی کہ خود اپنی پرورش عمدہ سے عمدہ
منتخب غذا پر کرسکے +

غذائیت پہنچانے کا انحصار نہ تو کھانے کو مرکب کرنے پر ہے نہ اُسکے جوہر نکالنے پر - اسکا انحصار صرف جسم کی قابلیت ہاضمہ پر ہی ہے + لیکن ہر شخص جس کو مریضون سے سابقہ پڑا ہے بخوبی جانتا ہے کہ قوت ہاضمہ کس قدر

---

[۱] یعنی سرد آب ہوا و خلاف قدرت غذا +
[۲] کیونکہ انسان اپنے ملک مین عرصہ سے رہتا چلا آتا ہے +

مختلف پائی جاتی ہے + اگر جسم مین مادّہ فاسد بہت زیادہ مقدار مین موجود ہے تو
پھیپھڑون کو خاصکر بوجہ اونکے زیادہ جگہ گھیرنے کے زیادہ خطرہ ہے کیونکہ مادّہ
فاسد جس کا دباؤ سر کی سمت مین ہوتا ہے اکثر پھیپھڑون مین ہوکر گزرنے پر مجبور ہوتا ہے
اب جبکہ پھیپھڑے ایک مرتبہ زیادہ تر مادّہ فاسد سے بھر گئے تو اکثر یہ مادہ فاسد کے
اجتماع کی ایک خاص جگہ ہو جاتے ہین تب یہ مادّہ فاسد مثل سابق کے سر کی طرف دباؤ
نہین ڈالتا + جب پھیپھڑون مین سڑن شروع ہوتی ہے تو اوس کے اوپر کے سرے ہی
معمولاً ابتدا مین ضائع ہوتے ہین + ایسا ہونے کی وجہ یہ ہے کہ جسم مین مادّہ فاسد
اُس وقت جبکہ یہ جوش کھاتا ہے یا اوسکی حالت مین تبدیلی ہوتی ہے ہمیشہ اوپر کی طرف کو
دباؤ ڈالتا ہے + پھیپھڑون کے اوپر کے سرے کندہون مین ختم ہوتے ہین جبکہ مادہ فاسد
مین جوش آنے کی حالت پیدا ہو جاتی ہے تو جوش کھاتے ہوئے مادّہ کا اوپر کو دباؤ اخیر کے
سرے تک ہوتا ہے۔ اور چونکہ اسکے اور آگے بڑھنے کے لئے کندے رکاوٹ کرتے ہین یہ
زیادہ آگے نہین بڑھ سکتا۔ اس لئے یہ پھیپھڑون کے اخیر سرے ضرور سب سے زیادہ
نقصان اوٹھاتے ہین + یہی سبب کندہون مین سوئیون کے سے چُبھنے کے درد کا ہے۔
جس در دمین سِل کے مریض قبل ضائع ہوجانے پھیپھڑون کے مُبتلا رہتے ہین +

مرض سِل کی گلٹیون کی اصلیت اب مین بیان کرتا ہون + یہ گلٹیان بالکل اوسی
طریقے سے پیدا ہو جاتی ہین جیسے بواسیر کے مسّے یا سرطان کے غدود۔ اور درحقیقت
جا بجا جسم کے غدود یہانتک کہ چھوٹے سے چھوٹا مسّہ + صاف بیان کرنے کے لئے ضروری
ہوگا کہ اس موقعے پر ذرا پورے طور سے سمجھایا جاوے + مین اسکا ذکر پیشتر کر چکا ہون کہ تندرست
جسم کی جلد ہمیشہ نم ہوتی ہے اور پُرانے مریض کی جلد برعکس اسکے عام طور پر خشک

اور سُست[1] ہوتی ہے + حالت اول الذکر مین جسم کافی قوت اصلی رکھتا ہے جسکی وجہ سے وہ کُل مادہ فاسد کے خارج کرنے کے قابل ہوتا ہے۔ حالت آخرالذکر مین ایسا نہین رہتا جسکی وجہ سے کہ بہت زیادہ مادہ فاسد جو کہ مناسب طور پر خارج ہونا چاہیئے تھا جسم مین رہ جاتا ہے اور نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ طبیعت کا رجحان مرض کی طرف ہو جاتا ہے +

آپ نے اکثر غور کیا ہوگا کہ بہت سے لوگون کو پھوڑون کی تکلیف وقت مقررہ پر ہو جایا کرتی ہے خصوصاً چوتڑ۔ گردن۔ یا بازوٗن پر + ایسے مریض کے جسم مین ایک قسم کے بھاری پن کی تکلیف معلوم ہوتی ہوگی جو کہ صرف بروقت ٹوٹنے پھوڑیون کے رفع ہو جاتی ہے + اور جبکہ یہ عین وقتِ شفا گزر جاتا ہے تو اُس شخص کو گویا نئی زندگی معلوم ہوتی ہے اور پھر کیف جسم بہت ہلکا اور تازہ معلوم ہونے لگتا ہے + ہمکو اسکا امتحان اور زیادہ کرنے دیجیے۔ خاص کر ان پھوڑیون کی اصلیت کا۔ ہم دیکھتے ہین کہ جس جگہ پھوڑا عنقریب پیدا ہونے والا ہے وہ جگہ چند دن یا چند ہفتے قبل اوسکے سخت اور سُرخ معلوم ہونے لگتی ہے + یہ جگہ بڑھنے لگتی ہے اور ورم کر آتی ہے یہانتک کہ اسکے سوئی اور سخت گلٹی درد اور سوزش لئے ہوئے جلد کے نیچے بن جاتی ہے + کھال تن جاتی ہے اور حرکت کرنے مین درد اکثر بہت تیز معلوم ہوتا ہے لیکن پھوڑا اپنی حد کو پہونچ گیا تو یہ بتدریج ملایم ہونے لگتا ہے۔ آخرش یہانتک کہ اوسکے اندر کا مواد جلد مین باہر کو ایک راستہ کرلیتا ہے اور خارج ہو جاتا ہے + اس طور سے مادہ فاسد جس سے کہ پھوڑا بنا تھا جسم سے صریحاً نکل جاتا ہے + اس کارروائی مین اور خود جسم کے تیئن مادہ فاسد کو عین وقت پر خارج کردینے مین کوئی فرق نہین ہے + یہ سوال ہوسکتا ہے کہ

---

[1] یعنی اپنا فعل نہین کرتی۔ اسکا فعل یہ ہے کہ پسینہ وغیرہ کے ذریعہ سے مادہ فاسد کو یہ بھی نکالتی رہے + ۱۲

ایسی کارروائی ہر شخص کی حالت مین ہم کیون نہین دیکھتے + مین پیشتر کہہ چکا ہون کہ پسینہ کا بھی یہی حال ہے بعض شخصون کو پسینہ آتا ہے اور بعضون کو نہین - اسکا انحصار جسم کی قوت اصلی کی مقدار پر ہے - جہانتک جسم مین کافی خزانہ اصلی قوت کا موجود ہے اور کل مادہ فاسد قدرتی خارج کرنیوالے اعضا کے ذریعہ سے خارج ہو نہین سکتا ہے تو جسم اوس کو پھوڑیون کی شکل مین خارج کرتا ہے + اگر جسم مین ضروری اصلی طاقت ایسا کرنے کی موجود نہین ہے - مثلاً اگر دواؤن سے کمزور ہو گیا ہے یا ایسا کرنے مین کمزور ہو گیا ہے[۱] یا خلاف قدرت زندگی بسر کرنے مین کمزور ہو گیا ہے تو مادہ فاسد جمع ہو جاتا ہے اور سمٹنے[۲] لگتا ہے - ٹھیک اوسی طور سے جیسے کہ پھوڑے کی حالت مین - لیکن جسم اوس کو جلد تک نہین کھینچ سکتا کہ بشکل پھوڑا ظاہر کرے + مقامات سخت پڑنے لگتے ہین جس سے کوئی تکلیف نہین ہوتی - مگر طریقہ وہی ہے - بجائے پھوڑے کے ایک گلٹی ہو جاتی ہے + پس یہ گلٹی بجز ایک ادھورے[۳] پھوڑے کے اور کچھ نہین ہے - یہ ایک مقدار مادہ فاسد کی ہے جو کہ اکھٹا ہو گیا ہے اور جو کہ بہت سی حالتون مین جسم کے اندر ہی بند رہتا ہے + اگر جسم مین بھی کافی قوت موجود ہے تو یہ گلٹیان جلد تک آجاوینگی + ہم اکثر ایسی گلٹیون کو گردن اور دوسرے حصہ جسم مین صاف طور پر معلوم کر سکتے ہین اور دیکھ سکتے ہین + جبکہ جسم مین قوت اصلی آئندہ کافی نہین رہتی تو یہ گلٹیان جسم کے اندر بننے لگتی ہین اور بواسیر کے مسے - سل - یا سرطان کی گلٹیون کے نام سے جانے جاتی ہین +

---

[۱] مواد کے خارج کرنے مین بھی جسم کی طاقت زائل ہوتی ہے اور بعض اوقات بہت کمزور ہو جاتا ہے +

[۲] یعنی مادہ فاسد ایک جگہ یا کئی جگہ کھنچکر اکھٹا ہو جاتا ہے - ۱۲

[۳] جو کہ ابھی تک پورے پھوڑے کی حالت مین نہین پہنچا ہے + ۱۲

اگر ہم کسی طریقہ سے جسم کی اصلی قوت کے بڑھانے مین کامیاب ہوئین تو ہمکو
ان گلٹیون مین ایک تبدیلی فوراً معلوم پڑے گی + بہت عرصہ سے یہ دیکھا گیا ہے کہ پانی
سے علاج کرنے مین ایسے بہت سے پھوڑے بنجاتے ہین + اس طریقہ علاج مین جو کہ
آجکل بھی قدیم نیچری علاج کے پیرو کاران کے استعمال مین ہے جسم مین ایسی قوت آجاتی ہے
کہ وہ پھر اوسی کارروائی کو جاری رکھنے کے قابل ہوجاتا ہے جو کہ بند ہو گئی تھی - اور پس
پھوڑے نکلنے لگتے ہین + جبکہ ہم جسمانی قوت زندگی کو اور بھی زیادہ - بمقابلہ اوسکے جو کہ
ابتک پانی کے علاج کرنے والون کے طریقون سے ممکن ہوا ہے - بڑہا سکتے ہین تو ہم اس
قسم کی گلٹیون کو خود ہی گلا سکتے ہین اور اونکو منتشر کر سکتے ہین + پس اگر ہم کوئی فعل مواد کا اکھاڑنے
والا جلد پیدا کر سکتے ہین - جیسا کہ میرے غسلون کے ذریعے سے - تا کہ اس طریقہ پر اکھڑا
ہوا مادہ فاسد قدرتی اعضا سے اخراج رطوبت کی طرف چلایا جائے اور اُس وقت مین
اس امر کا بھی لحاظ رہے کہ نیا مادہ فاسد غذا کے ذریعہ سے جسم مین داخل نہ ہووے - تو
تکلیف دہ پھوڑے ہرگز جلد پر قطعی نہ بنین گے کیونکہ گلٹیان جسم کے اندر ہی اندر اوسی طور سے
جس طور سے کہ بنگئی تھین گھل جاتی ہین + قدیم طریقہ پانی کے ذریعہ سے علاج کا بھی
ایسی گلٹیون کے منتشر کرنے مین کامیاب ہوا مگر مادہ فاسد کو کھینچنے کے قابل نہوا -
پس اس حالت مین جب کہ جسم مین کافی اصلی قوت موجود تھی پھوڑے اور مسّے
پیدا ہوئے جو کہ میرے طریقہ علاج مین شاذ و نادر ہی واقع ہوتے ہین + مین مادہ فاسد
کو زیادہ تر جلدی اور قدرتی طریقے سے نکالنے مین کامیاب ہوتا ہون + پس ہم دیکھتے
ہین کہ سل کی گلٹیان ادہورے پھوڑون سے کچھ بھی زیادہ نہین ہین - جو کہ اوسی
وجہ سے پیدا ہوتی ہین جس وجہ سے کہ جسم مین تمام دیگر قسم کی گلٹیان + اس امر کا

انحصار کہ مختلف اشخاص مین گلٹیان جسم کے مختلف مقامات پر نکلتی ہین۔ محض مادہ فاسد کی کمی بیشی پر ہے +

جمایہ قسم کی گلٹیون کے اور سل کی گلٹیون کے بھی سبب اور صحیح اصلیت معلوم کرنے کے بعد اونکے آرام کرنے کا طریقہ بھی ہمکو روشن ہے۔ ہم فوراً دیکھتے ہین کہ گلٹیون کا کاٹ ڈالنا جیسا کہ ڈاکٹری مین سکھایا جاتا ہے سب سے زیادہ خراب ممکن الوقوع طریقہ ہے جس کے ذریعہ سے مرض کے دفع کرنے کی کوشش کیجاتی ہے + اس طریقے سے ہم مرض کی علامات دُور کرتے ہین مگر اوسکے سبب کو ہرگز نہین + اصلی قوت کے بڑھانے سے ہی صرف گلٹیون کو صحت ہوسکتی ہے جس سے کہ جسم کی حالت مادہ فاسد کو خارج کرنے کے قابل ہوجاتی ہے + بوجہ خاصیت قوت زندگی و کیفیت وجود (انسانی) اس قسم کی گلٹیان چونہ گون ہونے کی حالت مین بھی اپنے پیشتر کے راستہ پر ہٹائی جاکر منتشر کی جاسکتی ہین + اس طریقے مین وے جسم سے بالکل خارج کردیجاسکتی ہین اور یہ ایک ایسی کارروائی ہے کہ جسمین میرے علاج کے اکثر اوقات برسون تک جاری رکھنے کی ضرورت ہوتی ہے +

وہ سمتین جن مین کہ مادہ فاسد جوش کھاکر اوٹھنے کے بعد چلتا ہے ہمیشہ ایک ہی نہین ہوتین۔ ایسا ہوتا ہے کہ ایک حالت مین تو اول پھیپھڑون کے اوپر کے سرون پر اثر پڑتا ہے اور دوسری حالت مین جوش کھاتا ہوا مادہ درمیانی حصّہ مین یا سامنے کی جانب زیادہ اوٹھتا ہے اور دمہ۔ زکام۔ یا ہوا جانے کی نالیون مین سوزش پیدا کرتا ہے۔ درحقیقت مرض سل کے بہت زیادہ مریضون مین ہوا کی نالیون مین سوزش کی تکلیف ہوا کرتی ہے۔ اگرچہ سوزش پوشیدہ حالت مین ہی اکثر کیون نہ ہو +

پھیپھڑون مین مواد فاسد کی موجودگی کی مختلف فرمن پوشیدہ حالتین بھی سوزش کی حاد بیماریان پیدا کرتی ہین مثلاً پھیپھڑون کی سوزش اور **ذات الجنب** یعنی ورم اُس جھلی کا جو کہ پھیپھڑون کو ڈھکے رکھتی ہے ۔ یہ بخار کی حالت کے وہ عین اوقات ہین جبکہ طبیعت کو آرام کی طرف رجحان جسم کی اُس کوشش سے جو کہ مواد فاسد کے نکالنے مین ہوتی ہے پیدا ہوتا ہے اور باعث ہلاکت ہوسکتے ہین جبکہ اوسکا علاج سمجھ مین نہ آوے۔ بہرکیف یہ حاد امراض جن مین کہ بخار بھی ہوتا ہے عموماً خطرے سے خالی ہوتے ہین اگر اونکا مقابلہ فوراً میرے طریقۂ علاج سے کیا جاوے + مرض پر پورا قابو پانے والے وسایل ہمارے پاس یہ ٹھنڈک پہونچانے والے غسل ہین۔ پس یہ (مرض) مشکل سے جسم کو خطرہ پہونچانے والا کہا جاسکتا ہے اور آرام ان تمام بیماریون کو عموماً تعجب خیز عجلت کے ساتھ ہوتا ہے +

مذکورہ بالا امراض کی تشریح کرنے کی غرض سے مین کچھ حالات اُن مریضون کے جن سے مجھ اپنے مطب مین سابقہ پڑا ہے تحریر کرتا ہون۔ ایک مرتبہ مجھے ایک خاندان مین طلب کیا۔ جہانکہ ایک نو برس کی لڑکی سخت سوزش پھیپھڑون کے مرض مین لاچار پڑی تھی + اوس خاندان کا مقررہ ڈاکٹر اوسکا اُس کا علاج دو ماہ سے بذریعہ کریوسوٹ[ا] بلا کامیابی کے کررہا تھا اور اس زہر سے ہاضمہ کو اسقدر خراب کردیا تھا کہ اوسکے والدین کو کچھ امید اپنی لڑکی کے بچنے کی نہ رہی تھی + حالات اس طور پر تھے جبکہ مجھے آخری وقت مین بلایا + مین نے اوسکے والدین سے کہدیا کہ اگر وہ اپنے خاندان کے مقررہ ڈاکٹر کی ہدایتون کو نہ مانین گے اور میری ہدایتون پر من وعن چلین گے تو تھوڑے ہی عرصہ مین طبیعت مین درستی

[ا] ایک انگریزی دوا کا نام ہے +

پیدا ہو جائے گی + اور ایسا ہی ہوا دوسرے ہی دن بہتری کی طرف تبدیلی معلوم ہوئی
اور ایک ہفتے کے اندر تمام خطرہ دور ہو گیا۔ چند ہفتے میں لڑکی مکان کے باہر پھر دوڑنے
لگی + اگر میرا علاج ابتدا ہی سے ایسے سنگین مرض کی حالت میں (بجائے دوا دینے خارجی
علاج ذریعہ کریو سوٹ کے) کیا گیا ہوتا تو آرام چند دن میں ہی ایسا کامل ہو گیا ہوتا
جیسا کہ چند ہفتوں میں ہوا تھا +

تمام امراض پھیپھڑہ میں ہم کو ایک بہت ہی اعلےٰ درجہ کی گرمی پھیپھڑوں کے اندر ملتی ہے
سانس کے اندر اور باہر لینے کی حالت میں ہمیشہ پھیپھڑوں کے اندر ایک بہت تیز کارروائی
اس قسم کی ہوتی ہے جس سے کہ ہوا کے اجزا علیحدہ ہو جاتے ہیں + جس لمحہ کہ ہم سانس
لیتے ہیں ہمارے پھیپھڑے اس ہوا کو اُس کے اجزا (آکسیجن[۱] و نائیٹروجن[۱]) میں جن سے
کہ وہ ملکر بنتی ہے علیحدہ علیحدہ کر دیتے ہیں۔ آکسیجن کچھ جسم میں رہ جاتی ہے اور نائیٹروجن
مع جسم کی ہوائی گندگیوں کے بذریعہ سانس پھر باہر نکال دی جاتی ہے + اس طور سے پھیپھڑوں
کے اندر ایک قسم کا کسی شئے کے اجزا علیحدہ کرنے والا فعل (جلن۔ اگنی داہ) متواتر
ہوتا رہتا ہے جس معاملے کی طرف کہ قبل اسکے دریافت ہونے کے بہت عرصہ تک
کیمیا[۲] سازوں کی توجہ مبذول رہی + یہ مذکورہ بالا فعل خود ہی ایک بڑے درجہ کی
حرارت پیدا کرتا ہے یہ حرارت کہ جہاں کہیں پھیپھڑوں میں مادہ فاسد جمع ہے یا جوش
کھاتا ہے بڑھ جاتی ہے اور زیادہ غیر معمولی ہو جاتی ہے +

---

[۱] یہ دونوں علیحدہ علیحدہ ایک قسم کی ہوائیں ہیں +

[۲] اُن اشخاص سے مراد ہے جو کہ مختلف اشیاء کی خاصیت و اجزا کے دریافت کرنے کے علم کو
جانتے ہیں۔ یہاں اُن سے مطلب نہیں ہے جنکی نسبت عوام الناس کو خیال ہے کہ تانبے کا سونا
اور رانگ کی چاندی بنا سکتے ہیں + ۱۲

جیسا کہ مین پیشتر بیان کر چکا ہون امراض کے بے معلوم کیڑون کا وجود مادہ فاسد موجودہ بدن کے جوش مین آنے سے یا سڑنے سے ہی ہوتا ہے اور اونکے بڑھنے کا انحصار بلحاظ اونکی قسم کے ہمیشہ بعض حرارتون[1] پر ہوتا ہے + سل کے مرض مین چونکہ ایک بہت بڑے درجہ کی حرارت موجود رہتی ہے تو ہم کو اس موقعہ پر وہ حالت ملتی ہے جسمین کہ مرض سل کے کیڑے فروغ پاتے ہین + علم ڈاکٹری مین یہ بات جانتے ہین مگر افسوس ہے کہ اپنے اس علم کو کام مین لانا نہین جانتے + یہ صرف ان کیڑون کے لئے خلاف قدرت علاج کی تلاش مین رہتا ہے اور اونکی اصلیت پر لحاظ نہین کرتا + پیشہ ڈاکٹری ہر مرض مین ایک قسم کے کیڑون کی موجودگی مان کر اوس مرض کے بتلانے کی کوشش کرتا ہے + اسکا خیال نہین ہے کہ جس طور سے کہ ایک ہی قسم کا درخت اور ایک ہی قسم کی چڑیون کے پر مختلف ملکون مین مختلف ہوتے ہین اسی طور سے جملہ امراض کے کیڑون کی شکل وقد کا دارومدار حرارت پر (آب و ہوا پر) ہونا چاہیئے + ہر شخص کے لئے جنے کہ میرے کہنے کو صحیح طور پر سمجھا ہے سل کی قسم کی بیماریون کے اچھا کرنے کا طریقہ معلوم کرنا آسان ہوگا + غیر معمولی اندرونی حرارت ٹھیک کی جانی چاہیئے اور ساتھ ہی ساتھ قوت زندگی کو بھی تقویت پہونچانی چاہیئے تاوقتیکہ جسم کے اندر کی غیر معمولی حالتین کلیۃً پیچھے[2] کو نہ ہٹنے لگین + اس مقصد کو حاصل ہونے کے لئے میرے غسلون کا

---

[1] یعنی ایک خاص درجہ کی حرارت مین ایک خاص مرض کے کیڑے پیدا ہوتے ہین اور دوسرے درجہ کی حرارت مین کسی دوسرے مرض کے کیڑے پیدا ہوتے ہین۔ یہ بات مان لیگئی ہے کہ ہر مرض کی حالت مین جسم مین ایک قسم کے بے معلوم کیڑے ہوتے ہین جو کہ بڑی بڑی قوت کی خوردبین سے ہی نظر آسکتے ہین +

[2] یعنی جس طریق سے کہ غیر معمولی حالت درجہ بدرجہ وقوع مین آئی ہے اسی طور سے وہ حالت پھر درجہ بدرجہ کم ہوکر دور ہوجائے یعنی مرض (مواد فاسد) اولٹے پیرون پھر اوسی راستہ پر واپس ہونے لگے جس راستہ سے کہ آیا تھا +

استعمال ہمراہ پرہیز غذا وعمل دیگر ہدایات بہت ہی ضروری ہے + سب سے مشکل کام غسلون کا صحیح ترتیب سے نبینا ہے + جسم کے اندر کی غیر معمولی درجہ کی حرارت ایک زیادہ عرصہ تک گھٹنے مین نہین آتی ہے پس غسلون کی مدت[1] ہی نہین بلکہ اون کی ترتیب[2] بھی بلحاظ حالت مریض درست ہونی چاہیئے + یہ بات صرف زیر نگرانی کسی ایسے شخص کے جو میرے طریقہ علاج مین مہارت رکھتا ہو جان لیجا سکتی ہے اور اسکی زیادہ یون ضرورت ہے کہ اس معاملہ مین عام طور پر زیادہ غلط فہمی ہو رہی ہے + مریض کو تازہ دہوپ دار ہوا زیادہ ملنی چاہیئے - پوری صحت حاصل کرنے کے لیے یہ امر بہت ہی زیادہ ضروری ہے اور ہرگز کبھی نظر انداز نہین ہونا چاہیئے + خصوصاً سل کے مریضون کو دہوپ کے غسل (سن باتھ) بہت ہی عمدہ صحت بخشتے ہین +

ٹیوبرکیولن سے ٹیکہ لگانے کو تو مین بالکل ہی خراب بتلاتا ہون + اسکا عمدہ اثر بہت آسانی سے بیان کیا جا سکتا ہے + زہریلا مادہ جس سے سل کے مریضون کو ٹیکا لگایا جاتا ہے مادہ فاسد پر اپنا اثر بعض حالات مین اسی طور سے ڈالتا ہے جیسے کہ گوندھے ہوئے آٹے مین خمیر - اور جوش (یعنی بخار) پیدا کرتا ہے + اسکی وجہ سے مادہ فاسد کی اصلی حالت جوش مین ایک قسم کی تبدیلی ہو جانا ممکن ہے اور اُسی کے مطابق حرارت مین بھی تبدیلی ہو جاتی ہے + نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ سل کے نامعلوم کیڑے جو کہ صرف حرارت اول الذکر مین ہی فروغ پانے کے قابل ہوتے ہین وہ ایک دوسری حالت مین گزر جاتے ہین اس حالت کو عام طور پر "نیستی" کے لفظ سے نامزد کیا جاتا ہے + لیکن مادہ فاسد درحقیقت کبھی خارج

---

[1] یعنی غسل کرنیکے وقت کی تعداد مثلاً ۲۰ منٹ یا ۳۰ منٹ وغیرہ وغیرہ ۱۲

[2] یعنی کون کون غسل کس کس وقت ہونا چاہیئے + ۱۲

نہین ہوتا ہے نہ مرض کا سبب فی الواقع کلیتہً دفع ہوتا ہے + ٹیکہ ایک محض غلط علاج ہے اور ہمیشہ ہی ایسا رہیگا جس کے تندرستی کے لئے مضرت رسان اثر یقیناً جلد یا دیر مین روشن ہوجاوینگے + صرف چند مہینے بعد اُس خوشی کے نعرہ کی جگہ مین جوکہ ٹیوبرکیولن کے ٹیکہ کی وجہ سے بلند ہوا تھا بے حد ناامیدی آگئی + اب ہم سب طرف سے بلکہ ڈاکٹرون مین آزاد خیال والے ڈاکٹرون سے بھی اس ٹیکہ کی بُرائی کے سوا اور کچھ نہین سُنتے + آج کے دن ٹیوبرکیولن سے ٹیکہ لگانے کا معاملہ کچھ تاریخی دلچسپی بھی نہین رکھتا - ہمکو یہان ایک ثبوت پھر اس واقعہ کا ملتا ہے کہ چیچک کا ٹیکہ یا کسی اور قسم کا ٹیکہ سب سے بڑی کچی طبابت ہے جوکہ موجود ہے +

میرے طریقۂ علاج پر برسون تک عمل کرنے سے بڑھے ہوسے مرض سل کو واقعی آرام ہوسکتا ہے گو کہ بہت ہی بڑھی ہوئی حالت مین یہ مشکل ہو + بہرحال مریض کی حالت آخردم تک قابلِ برداشت بنادی جاسکتی ہے + مسلول کے آرام ہونے کا انحصار محض اوس کی ہضمی قوت پر ہے اور اس امر پر کہ آیا قوت ہاضمہ ترقی کرنے کے قابل ہے + اگر ہم اوس کو مستقل طور سے ترقی دینے مین کامیاب ہوجاوین اور اُس کو معمولی حالت پر کردین تو مریض ایک تھوڑے اور تعجب انگیز وقت مین ہی اچھا ہوجانا شروع ہوجاویگا - اور اگر اس مین ہم ناکامیاب ہوئے تو شفا غیر ممکن ہے + میرے زیر علاج بہت سے مریض مرض سل کے تھے جو کہ اس وجہ سے کہ اونکی قوتِ ہاضمہ جلد ترقی کرنے کے قابل تھی غیر قابل یقین قلیل عرصہ مین آرام پاگئے - برعکس اسکے اُن مریضون کی حالتین جنکے پھیپھڑون مین سخت اور بہت از ریم دانے موجود تھے - مینے دیکھا ہے کہ ان دانون کے مواد کی واپسی مین برسون لگ گئے ہین اور ہر مرتبہ جبکہ ایک دانہ منتشر ہوا تو ایک بہت ہی سخت واقعہ پیش آیا - جوکہ گو خطرناک

نہ تھا مگر اکثر بہت تکلیف دہ تھا + یہ طریقہ اندرونی حرارت درست کرنا بتلاتا ہے
جسکی وجہ سے اگر مناسب انتظام کیا جاوے تو مادہ فاسد اپنی جگہ سے واپس لوٹا یا جاتا ہے
اور آرام بتدریج ہوجاتا ہے +
اگر جسم کافی مضبوط ہے تو فریکشن سٹز باتھ مادہ فاسد کو پھیپھڑے اور پیٹ سے
نکالنے کا سب سے عمدہ ذریعہ ہے اسٹیم باتھز لینے کی جنکی بجائے گرمیوں میں
سن باتھز بہتر ہوتے ہیں صلاح اکثر دی جاتی ہے + ہوشیاری کے ساتھ غذا اور
کافی وافی تازہ ہوا بھی قدرتاً نہایت ضروری ہے + ان صورتوں میں جہانکہ مرض بہت ہی
زیادہ بڑھ گیا ہے۔ یہ غسل بہت ہی محرک ہونگے اور ایسے وقت میں ہلکے فریکشن ہپ باتھز
مناسب ہیں + پانی کی حرارت ۸۱ تا ۸۶ درجہ فہرن ہائٹ ہونی چاہیئے اور کندھوں تک
پانی پہونچنا چاہیئے + مریض اولاً پانچ منٹ اور بعد ازاں اُس سے زیادہ جیسا کہ پسند
خاطر ہو غسل میں رہ سکتا ہے + غسل دن بھر میں کئی مرتبہ لینے چاہئیں۔ اور اگر جسم بعد کو
زیادہ مضبوط ہوجاوے تو فریکشن سٹز باتھز لئے جا سکتے ہیں۔ بیشتر اوقات قوت
زندگی اور جسم میں پلٹا[1] لینے کی طاقت مرض کے شفا ہونے کے لئے کافی نہوگی۔ مگر
ہر صورت میں یہ غسل ہمیشہ حالت کی اصلاح[2] کرینگے جب کبھی کہ ہاضمہ ترقی کرنے کے
قابل ہے تو امید آرام ہونے کی بھی ہے +

میں چند علاجوں کے حالات بیان کر کے اسکو ختم کرونگا

دمہ۔ ایک لیڈی ۶۵ سال کی عمر کی اسقدر دمہ کے عارضہ میں مبتلا تھی کہ ڈاکٹر معالج نے

---

[1] یعنی آرام کی طرف پلٹا لینے کی +
[2] یعنی تکلیف کو کم کرینگے + ۱۲

جسکی کہ کرپوزوٹ کی گولیون اور پوڑیون نے اوسکی تمام حالت اور خاص کر ہاضمہ کو بہت خراب کردیا تھا اُس کو آخر چارہ ملک دکن[1] مین قیام کا بتلایا۔ کیونکہ اور کوئی علاج نہ تھا جو ایسی زیادتی حالت دمہ مین امداد کرسکتا۔ سانس لینے مین اُس کو ایسی شکل پڑتی تھی کہ مریضہ دس قدم بھی ایک ساتھ نہ چل سکتی تھی + کوئی شخص جوکہ اس قدیم علاج ڈاکٹری سے واقف ہے وہ جانتا ہے کہ مریض کو زیادہ گرم ملک مین بھیجنا صرف اسی کہنے کی برابر ہے کہ " تمہارے لیئے اب کچھ کیا نہین جاسکتا + جہانتک ہمارا تعلق ہے ہم جواب دیتے ہین۔ اب آزمائیے کہ مادر نیچر تمہاری مدد کرسکتی ہے یا نہین + "

یہ مریضہ بھی اس ہدایت کو اسی معنی مین سمجھی اور اس لئے اوسنے ایک دوست کی سفارش سے اپنے تئین میرے زیر علاج رکھا اور اپنے معالج ڈاکٹر سے کہدیا کہ وہ بمقابلہ غیر ملک کے یہان ہی مرنا پسند کرے گی + شروع ماہ دسمبر مین جو کہ خراب اور کہر کا موسم ہوتا ہے اوس نے اپنے تئین میرے سپرد کیا۔ اوسکے جسم مین مادہ فاسد کا اوپر کو جوش بہت ہی زیادہ تھا + اوس نے میری ہدایات پر پورے طور پر عمل کیا اور بہت دن نہین ہوئے تھے کہ مادہ فاسد کا اوپر کو دباؤ کم ہونے لگا۔ اور اوسکا ہاضمہ بھی قابل اطمینان ترقی کرنے لگا + مادہ فاسد کا اخراج پسینہ اور فضلہ کی شکل مین خوب ہوا۔ مریضہ نے میری ہدایات کے موافق ٹھنڈ پہونچانے والے غسل روزانہ لئے اور اکثر بھاپ کا غسل بھی لیا۔ اس طریقے سے چند ماہ مین ہی مرض کا اولٹا واپس ہونا ختم ہوگیا تمام علامات جوکہ وقتاً فوقتاً مرض کے ترقی کرنے کی ہی حالت مین ظاہر ہوتی تھین

[1] ملک جرمنی کے دکن سے مطلب ہے۔ بمقابلہ دیگر حصہ ملک کے آب و ہوا گرم ہے ۱۲

اب پھر ظاہر ہوتین - اگرچہ مرض بمقابلہ اُس وقت کے جو کہ مرض کے پیدا ہونے مین لگا تھا - بارہ گنا جلد تر اٹھا اور بس ہوا + ہر مہینے کے علاج مین اوسی قدر مادہ کا خارج ہوا جو کہ بارہ[12] مہینے مین جمع ہوا تھا اور بس تین[3] ماہ مین اُس کے مرض دمہ کو بالکل آرام ہوگیا +

ایک دوسرے دلچسپ دمہ کی حالت کا ذکر کرتے ہین - ایک شخص عمر ۶۰ سال کا یہ ذکر ہے جو کہ کئی سال سے مرض دمہ مین مبتلا تھا اور اوسکے ڈاکٹرون نے اوس کو بالکل جواب دیدیا تھا + بوجہ اُن ادویات کے جو کہ وہ برسون سے کھا رہا تھا وہ بہت ہی زیادہ کمزوری کی حالت مین تھا + شروع کے ہی غسلون نے مریض کو نفع بخشا - مگر چونکہ یہ نفع غسل لینے کی حالت مین ہی یا بعد غسل کے تھوڑی دیر تک ہی معلوم ہوا کرتا تھا مریض نے میرے بتلائے[1] سے چند مرتبہ زیادہ غسل لیا - بسا اوقات شب مین بھی اوسنے غسل لیا کیونکہ تکلیف دہ کھانسی سونے نہ دیتی تھی - ہر مرتبہ بعد نصف گھنٹے تک غسل لینے کے وہ ایک گھنٹہ تک آرام سے سو سکتا تھا - اُس وقت تک جبکہ بخار کے بڑھنے کے ساتھ کھانسی بھی ایسی سخت اوٹھتی تھی کہ اوسے نہ سونے دیتی تھی + ہر غسل لینے مین اوسکی طبیعت کو ایسی قوت آجاتی تھی کہ وہ زیادہ مقدار میں لسدار مادہ کی تھوک ڈالتا تھا اور اس سے ہمیشہ چین پڑتا تھا + ماہ بماہ وہ مریض جو کہ زندگی کی حالت مین مُردہ سے ذرا بہتر تھا مضبوط اور زندہ دل ہونے لگا + ایک سال سے کچھ زیادہ علاج کرنے کے بعد اوس نے اور باتون مین بھی ایسی تندرستی حاصل کر لی کہ اوسکے تمام دوستون کو متعجب کرنے کے لئے اوسکا سر

نوٹ[1] مطلب ہے کہ جتنی بار روزانہ غسل لینا میں نے اوسکے لئے تجویز کیا تھا اوس سے زیادہ مرتبہ اوس نے غسل روزانہ لئے + ۱۲

جو کہ اُس وقت تک قریب قریب بغیر بال کے تھا دوبارہ نکلے ہوئے سفید بالوں سے بھر گیا +

سل چھپی روگ (بڑھتی ہوئی) ایک عورت ۳۰ سال عمر والی نے جو کہ بڑھی ہوئی سل مین مبتلا تھی اپنے کو میرے زیر علاج سپرد کیا۔ وہ قریب قریب ہمیشہ منہ سے سانس لیتی تھی۔ خاصکر سونے کی حالت مین + اوسکی ماں ۵۴ سال کی عمر مین مرض سل مین قضا کر چکی تھی۔ اوسکے بچوّن نے اس مرض کی طرف رجحان کرنے کی اسی سے میراث پائی تھی + بچپن مین میری مریضہ اور اوسکے بھائی اور بہنین بکثرت مرض گلٹیون مین مُبتلا رہے تھے۔ بیس سال کی عمر کی لڑکی ہونے کے وقت اوسکا چہرہ گول اور بھرا ہوا تھا اور رخسارے بوجہ تندرستی سُرخ تھے۔ جاڑون مین بالکل نیلے پڑ جاتے تھے + تیس سال کی عمر کے پیشتر ہی اُسکا موٹاپا رفتہ رفتہ کم ہو گیا تھا۔ اور اوسکے رخسارون کا رنگ اور تمام جسم کی حالت زیادہ تر اوسط درجہ پر آگئی تھی۔ لیکن ۲۹ سال ختم ہونے کے قریب مرض سل کی جانب رجحان دمبدم زیادہ عیان ہوا + ہاضمہ مین فرق آگیا۔ ایک مرتبہ قبض اور ایک دفعہ اسہال ہونے لگا اور رنگ و بوئے براز سے صاف معلوم ہوتا تھا کہ ہاضمہ کا طرز کسقدر غیر معمولی ہے + درد سر اور درد دندان کے علاوہ اوس کو سُوئی کے سے چبھنے والا درد خصوصاً سینہ اور شانون مین معلوم ہوتا تھا + اسی قسم کے درد صرف پھیپھڑون کے زائل ہونے کی حالت کے دوران مین ہوا کرتے ہین + جون ہی کہ پھیپھڑون کے حصے واقعی ضائع ہو چکتے ہین تو درد بند ہو جاتے ہین + مریضہ کو حیض بھی تکلیف دہ اور بے قاعدہ ہوتا تھا۔ اکثر اوقات مہینون کے لئے بند بھی ہو جاتا تھا اور پھر جلد جلد ہوتا + ان سب کے ساتھ عام طور سے سستی۔ بڑا فکر

اور نارضی موجود تھی + ہر شخص جوکہ میرے سائنس آف فیشیل اکسپریشن سے (میرے اُس علم سے جسمین کہ چہرہ دیکھ کر تشخیص ہوتی ہے) ناواقف ہو۔ اُس عورت کو اُس وقت جبکہ اوسنے میرا علاج شروع کیا تھا تندرستی کی تصویر سمجھتا + ایک عمدہ سُرخ رنگ کی اور بھری ہوئی تصویرنے میرے علم کے نہ جاننے والون کو اُس مریضہ کی واقعی خطرناک حالت بتلانے مین مغالطہ دیا + اُس لیڈی نے اپنی نازک حالت کو معلوم کرکے میرا علاج شروع کیا + مین نے اوس کے لیئے ٹھنڈک پہونچانے والے غسل - بھاپ کے غسل - اور بالکل غیر محرک غذا اور کھلے ہوئے میدان مین زیادہ دیر قیام کرنا تجویز کیا + اس طریقے سے اوسکی عام تندرستی چھ مہینے مین ایسی درست ہو گئی تھی کہ اُس کو کوٹھے پر جانے اور دُور تک ٹہلنے مین جس سے کہ پیشتر اوس کو ضعف ہو جایا کرتا تھا کچھ بھی محنت نہ پڑتی تھی + ہاضمہ قابل اطمینان ہو گیا اور مزاج پیشتر سے بہت زیادہ شانتی کا ہو گیا اور دردسر بالکل جاتا رہا + یہ صاف طور سے دیکھا جا سکتا تھا کہ مواد پیڑو کی طرف واپس ہونے لگا اول سال کے علاج مین اُس وقت دو مرتبہ سخت کرائی سس (بحران) کی ہوئے جبکہ پھیپھڑون کی گلٹیان منتشر ہوتین۔ ان ایام مین جوکہ دو یا تین ہفتہ کے ہوتے تھے مریضہ کو اکثر کمزوری کی سی حالت معلوم ہوا کرتی تھی + یہ صحت کی طرف طبیعت کے پلٹا لینے کا عین وقت تھا جوکہ بخیال اوسکی مزمن حالت کے قابل لحاظ نہ تھا + علاج کے دوسرے سال مین مریضہ کی حالت مین بلاشبہ صلاح معلوم ہوئی + صرف دو مرتبہ نازک وقت آنے کی نوبت پہونچی اور اس طور سے قریب دو سال کے بعد اوس لیڈی کے پھیپھڑون کے مرض کو شفا ہو گئی +

سل - ایک دوسرا واقعہ بیان کرنے کے قابل حسب ذیل ہے + مرض ایک

جنٹلمین تھا جسکی عمر قریب چالیس[۴] سال کے تھی جو کہ کئی مشہور حکیمون کی راے مین مرض
سل مین مبتلا تھا اور اسی وجہ سے اُس کو ملک اٹلی کے جنوب مین مستقل طور سے رہنے کا
مشورہ دیا گیا تھا + مینے اسکا امتحان اپنے **سائنس آف فیشل اکسپریشن** کے ذریعہ سے
کیا اور معلوم کیا کہ مرض اسکا بہت پرانا ہو گیا ہے جسکی وجہ سے کہ گرم ملک مین قیام کرنا
اوسکی زندگی کو ممکن نہین کہ ایک سال سے زائد بڑھا سکے۔ مین نے اپنا طریقہ علاج
فوراً شروع کیا + صرف چار ہفتے علاج کے بعد جسمین کہ اوسکی تندرستی برابر درست ہوتی گئی
مثانہ اور انتڑیون کی سوزش جسمین کہ نو[۹] سال بیشتر عرصہ تک سخت مبتلا رہا تھا نمودار ہوئی
بہرحال اس مرتبہ یہ مرض بہت ہی کمی کی حالت مین ظاہر ہوا اور دو ہفتے کے اندر ہی اچھا ہو گیا +
میرے طریقہ علاج سے قوت جسم کی بڑھ جانے کی وجہ سے بیشتر کے دبے ہوے اور
مزمن امراض پھر حاد شکل مین ظاہر ہوئے + مریض کو سوزاک کی بیماری بھی ہوئی تھی
جس کا وہ اپنی عمر[۱] جوانی مین کئی بار شکار ہو چکا تھا۔ لیکن چونکہ پچکاری سے اندر دوا پہونچا کر
ہمیشہ دبا دیا گیا تھا۔ اوس کو بھی دو ہفتے مین پورا پورا آرام ہو گیا + پھیپھڑے کے مرض نے
اب بالکل ایک نئی شکل اختیار کر لی تھی۔ اس لئے مریض نے اپنے تئین بالکل اچھا
ہو جانا سمجھ لیا + میرے مشورے سے اوسنے علاج کو کچھ عرصہ اور جاری رکھا اور
ڈیڑھ سال مین اوس کو پورا آرام ہو گیا +

ہڈی پر گومڑون کا ہو جانا اور ہڈی کا سڑنا - کثیر التعداد مریضون نے جو کہ
امراض مذکورہ مین مبتلا تھے میرے زیر علاج رہ کر بہت نفع حاصل کیا۔ قریب قریب تمام

[۱] مطلب ہے بیس[۲۰] اور تیس[۳۰] سال کے درمیان مین + ۱۲

شخصون کی حالت مین مریضون کو بچپن مین ریکیٹس[ل] کی بیماری ہو چکی تھی۔ ایک معنی سے بعد کے مرض کی یہ صرف ابتدائی حالت تھی + بچپن سے ہی اونچی ہڈیان صحیح نہ تھین بلکہ ٹیڑھی ہوئی اور آسانی سے ٹوٹنے کے لائق تھین۔ بہت سے مریضون مین یہ بات بہت صحت کے ساتھ معلوم کیجا سکتی تھی + بالغ ہونے کے وقت یا اسکے بھی قبل ہڈی کے سڑنے کا مرض ظاہر ہوا تھا۔ ٹانگ اور بازو کی ہڈیون مین پیپ پڑنے لگی تھی اور مثل اسفنج کے پھول گئی تھین جوڑ کے مقامات بھی بہت بڑے ہو گئے تھے + چند شخصون کی حالت مین اونچی ٹانگ یا بازو کاٹ ڈالے گئے تھے۔ اور زیادہ تر مریضون کو میرے پاس علاج کی غرض سے آنے کے پیشتر ہی لا علاج بتلا دیا گیا تھا + میرے طریقہ سے مرض کا پھر پیچھے کو واپس ہونا فوراً شروع ہو گیا۔ مگر کٹے ہوے اعضا پھر اپنی جگہ نہین آسکتے + میرے خیال کے مطابق عمل جراحی خواہ کسی ہی مرض مین کیون نہو سب سے زیادہ نامناسب طریقہ ہے جو کہ مرض کے آرام کرنے مین اختیار کیا جانا ممکن ہے مَین اس بات کا دعوی کرتا ہون کہ اس قسم کے خلاف قدرت طریقے نے ابتک کبھی ایسی کسی بیماری کو واقعی آرام نہین کیا۔ نہ اوسکے سبب کو دُور کیا + جبکہ ہم اس بات کو سمجھین کہ مرض اُسی راستہ کس طور سے واپس کیا جاسکتا ہے جس راستہ کو کہ وہ آیا تھا + تب ہی صرف ہم اوسے آرام کر سکتے ہین +

مجھے ایک لڑکے کی حالت جو کہ علاج کرانے آیا تھا یاد آتی ہے + اوسکی دونون ہڈیان پیر کی سامنے کی جانب گھٹنے سے ٹخنے تک کھلی ہوئی تھین اور اُن مین پیپ پڑ رہی تھی +

[ل] یہ ایک جسمی بیماری ہے جو کہ بچون مین جبکہ وہ چلنے پھرنے کے قابل ہوتے ہین اس طرح ظاہر ہوتی ہے کہ لڑکا چل نہین سکتا اور اگر چلے بھی تو ہڈیون کے ملایم ہونے کی وجہ سے پاؤن ٹیڑھے ہو جاتے ہین و عضلاتی طاقت بھی کم ہو جاتی ہے اور بچہ کھڑا ہونے سے کبڑا معلوم ہوتا ہے +

ڈاکٹرون نے دونون پیرون کا کاٹ ڈالنا تجویز کیا تھا۔ اس وجہ سے والدین اس لڑکے کو میرے پاس لائے۔ ٹھنڈ پہونچانے والے غسل اور غیر محرک غذا شروع کی گئی اور صرف چار ہفتے کے بعد وہ کھلی ہوئی ہڈیان اندر کی جانب سے باہر کو ڈھکنا شروع ہوتین۔ کھال زخم کے اوپر جو کہ پورے آٹھ انچ لانبے تھے اسی طور پر آنے لگی جیسے کہ کسی درخت کے زخمی حصہ پر چھال پیدا ہو جاتی ہے + چھ ماہ مین دونون پیر بالکل اچھے ہوگئے + بجز دو بہت ہی خفیف خارشی جگہون کے جو کہ اسی طور سے خود ہی بعد کے دوسرے دو مہینون میں جاتی رہین + علاوہ اسکے اس لڑکے کی عام تندرستی بھی بالکل تبدیل ہوگئی اور بجاے پیشتر کے رنجیدہ مزاج رہنے کے اب اوس مین سچی بچپن کی خوشی آگئی +

ایک دوسرا ذکر ہے۔ دس سال کے عمر کے ایک بچے کے گھٹنے کی ہڈی مین ایک گومڑی پڑ گئی تھی۔ گھٹنے کا کاٹ ڈالنا تجویز کیا گیا۔ اس دفعہ ۹ ماہ تک یہ گومڑہ رہا۔ قبل اسکے کہ مادہ فاسد گھٹنے کے جوڑ سے سب کھینچ کر مرض کی جگہ مین یعنی پٹرو مین آوے جہان سے کہ وہ ایک جانگھ کی ہڈی کے زخم سے خارج کیا گیا جس سے کہ متواتر تین ماہ تک پیپ نکلتی رہی + تین ماہ سے زیادہ اور لگ گئے۔ قبل اسکے کہ وہ مثل اور بچون کے چل سکا یا دوڑ سکا +

لیوپس۔ اس مرض لیوپس مین بھی بیشمار مریضون کے علاج مین میرے طریق معالجہ سے کامیابی کا ہونا اس امر کو ثابت کرتا ہے کہ اس مرض مین مثل اور کل امراض کے میرا اصول **جملہ بیماریون کے ایک ہی ہونے کا** صحیح ثابت ہوتا ہے + اس موقعہ پر مین ایک **لیوپس** کے مریض کے علاج کی تمثیل دونگا جو کہ سب کے لئے باعث دلچسپی متصور ہے مریضہ اکتالیس سال کی عمر کی ایک عورت تھی۔ اور جب تک کہ اوسکی عمر کے دوسرے سال مین

ٹیکہ نہ لگایا گیا تھا بالکل تندرست تھی۔ اوسی وقت سے اوسکی آفت کی ابتدا ہوئی تھی + اور ٹیکہ لگانے کے بعد ہی جلد مین پھنسیان اور کھجلی پیدا ہونے لگین جو کہ اوسکی عمر کے دسوین سال مین بڑھکر چہرہ کا لیوپس ہوگئین + تیئس سال سے زائد تک عورت اس تکلیف دہ بدنما کرنے والے مرض مین مبتلا رہی تھی اور باوجود اس امر کے کہ اوسنے بہت سے مشہور حکماء سے مشورہ لیا تھا کہین بھی اوس کو نفع نہوا تھا + اوسکا چہرہ دیکھکر ڈر معلوم ہوتا تھا۔ درحقیقت وہ اس طور سے کہین نہین جا سکتی تھی کہ اوس کو دیکھکر لوگ اپنی نگاہ کو اُس سے بوجہ کراہت نہ پھیر لیوین + چونکہ تمام ڈاکٹرون نے اوسکی بیماری کو لاعلاج بتلایا پس ایسی حالت لاچاری مین وہ میرے پاس آئی + میری تشخیص سے اوسکے مادہ فاسد کے موجود ہونے کا موقع بہت ہی زیادہ موافق معلوم ہوا۔ پس مین اُس کو جلد آرام ہوجانے کے لئے عمدہ صورت امید ہونے کا یقین دلا سکا + یہ رائے صحیح ثابت ہوئی۔ اور صرف دو ہفتے کے بعد چہرے پر وہ بدنما لیوپس کے مقامات کی حالت بہت زیادہ تبدیل ہوگئی تھی اور وہ مقامات اب ایسے زیادہ کراہیت دلانے والے نرہے تھے + فاصکر اوس کے ہاضمہ نے بھی جسکی طرف اس وقت تک کوئی توجہ ہی کبھی نہوئی تھی بالکل عجیب طور سے ترقی کی نتیجہ یہ ہوا کہ پائخانہ اور پیشاب معمول سے زیادہ مقدار اور اوقات مین آتے جس سے کہ مادہ فاسد خارج ہوگیا + سات ہفتہ مین مریضہ کی جلد معمولی رنگت کی ہوگئی +

اس قصہ پر اسقدر جلد آرام ہونے کا سبب یہ تھا کہ مادہ فاسد سامنے کی جانب [۱] واقع ہوا تھا میرے نئے طریقہ تشخیص کی کتاب سائنس آف فیشیل ایکسپرشن کے پڑھنے والے اس امر کو سمجھا سکینگے

---

[۱] یعنی کہ سامنے کی جانب مادہ فاسد کے موجود ہونے مین کیون جلد آرام ہوتا ہے بمقابلہ اسکے کہ مادہ فاسد طرفین مین یا پشت کی جانب ہو + ۱۲

میرے پاس لیوپس کے مریض بھی تھے کہ جنہیں گو اتنی گہری (مرض کی) جڑ نہ تھی مگر بہت زیادہ وقت اونکے آرام کرنے مین لگا جیسا کہ تجربہ بتلاتا ہے سب سے زیادہ وقت طلب وہ حالتین ہوتی ہین جن مین کہ اجتماع مادّہ فاسدہ کا پشت کی جانب یا بائین طرف ہوتا ہے +

بہت سے ایسے مریضون نے صرف چند ہفتہ بعد ہی علاج بند کر دیا ہے کیونکہ اونکو اپنی حالتین کوئی خاص تبدیلی یا کم از کم ہاضمہ کی ترقی نہ معلوم ہوسکی + بدقسمتی سے اُن مین اسقدر استقلال نہ تھا کہ وہ علاج کو اُس مدت تک جاری رکھتے جو کہ اونکے مرض کے آرام کرنے کے لئے ضروری تھی +

میرا طریقۂ علاج ایک لیڈی سکنہ سینٹ ٹین کی بیماری مین بہت ہی مجرب ثابت ہوا + مریضہ چہرہ کی لیوپس کی بیماری مین عرصہ اونیس ۱۹ سال سے مبتلا رہی تھی اور کبھی دوسرے کو اپنی شکل نہ دکھلاتی تھی + اپنے بدنما چہرے کو چھپانے کی غرض سے وہ ایک موٹے کپڑے کا برقعہ ہمیشہ ڈالے رہتی تھی + میرے زیر علاج آنے کے قبل اُس لیڈی نے ۱۹ سال تک تمام علاج جو کہ زمانہ حال کی علم طب کے زیر حکومت ہین ناکامیابی کے ساتھ آزمائے تھے + فوراً صحت ہونی شروع ہوگئی اور شفاے کلی بجلد حاصل ہوگئی ۔ اُس لیڈی نے مندرجہ ذیل چٹھی شکریہ کی از خود مجھے بھیجی ہے ۔

"پیارے مسٹر کیوہنی"　　　　سینٹ ٹین "

آپکے طریق علاج جنے جو عمدہ نتائج میری سخت بیماری مین دکھلائے اونکے لئے مین آپ کا بڑی خوشی کے ساتھ شکریہ ادا کرنا اپنا فرض سمجھتی ہون + مین اس علاج کو بہت ہی بڑی کامیابی کے ساتھ کرتی ہون اور پھر تندرست اور مضبوط معلوم ہوتی ہون اور بلا کسی دقت کے اپنے

فرایض کی طرف پھر متوجہ ہونے کے قابل ہون + مجھے اور بھی زیادہ خوشی اس وجہ سے معلوم ہوتی ہے کیونکہ تمام ڈاکٹر لوگ جنکا مین نے پچھلے انیس ۱۹ سال مین علاج کیا مجھے مدد دینے یا میری تکلیف کم کرنے کے بھی قابل نہوئے +

اس وجہ سے مین اس طریق علاج کی سفارش تمام بیمارون سے خواہ کچھ بھی وجہ مرض کی کیون نہو اس امر کا پختہ یقین کر کے کرتی ہون کہ یہ انکو مدد دیوے گا - اور اے صاحب درخواست کرتی ہون کہ آپ اس چٹھی کو واسطے مفاد اس علاج اور جملہ بیمار لوگون کے چھاپ دیوین +

سچی شکر گزاری کے ساتھ
مین قایم ہون آپکی
وفادار راے
ایس ""

امراض آلات تناسل

حجاب کو دور کرو۔ جھوٹی شرم کو چھوڑ دو۔ جو کہ اندھا کرنے والے محض نقصان رساں
پردے ہین۔ وہ پردے جنکے پیچھے نظر سے پوشیدہ برائی پیدا ہوتی ہے اور تمام
اپنی ہیبت ناک کدورت مین بڑھتی ہے۔ وہ برائی جو کہ علم اور معمولی فہم کی روشنی مین اڑ جائیگی
اور نیست و نابود ہوجاوے گی + اگر ہمکو انسانی پوشیدہ برائیون اور خفیہ امراض کا ذکر
کرنا ہی ہے تو یہ صاف صاف اور بلا کسی رکاوٹ کے ہونا چاہیئے + وہ نقصان جو کہ امراض
آلات تناسل بنی نوع انسان کو پہنچاتے ہین اس قدر زیادہ اور دور تک پھیلا ہوا ہے۔
کہ اگر مین ایسی حالت مین جبکہ میرے طریق علاج نے مجھے ان شکایات کے اوپر ایسی
پوری قدرت دیدی ہے۔ خاموشی اختیار کرون[1] تو یہ گناہ سے ذرا بھی کم نہوگا +
عام ناواقفیت جو کہ ان امراض کی خاصیت کے متعلق اور خصوصًا دواؤن کے ذریعے
اونکے علاج کرنے مین پھیلی ہوئی ہے اوسکی وجہ سے ایک بہت بڑی تکلیف انسان کو
پہونچائی جاتی ہے + صرف ایک اس ہی وجہ سے اِس معاملے مین صاف صاف گفتگو

[1] میرا خاموشی اختیار کرنا + ۱۲

کرنا بہت ہی ضروری معلوم ہوتا ہے + اس امر مین حجت نہین ہو سکتی ہے کہ آج کے دن امراض آلات تناسل بمقابلہ کسی گزشتہ زمانہ کے زیادہ پائے جاتے ہین + خصوصاً سفلس (آتشک) جو کہ لاکھون شخصون کا شکار سالانہ کرتی ہے اپنی ہمراہی مین ناقابل بیان ضرر بیان لاتی ہے +

بجز نیچر اسکول کے طریقے کے جو طریقے کہ استعمال مین ہین وے سفلس کے مقابلہ کرنے مین لاچار ہین + جسم کو پارہ سے یا مثل اوسکے ادویات سے بھر کر زائد از زائد مرض کو چند روزہ پوشیدہ حالت مین لانے مین وہ کامیاب ہوتے ہین۔ جو کہ اوس وقت کے لئے ایک خاموشی کی حالت ہے اور جس کو بدقسمتی سے اکثر شفا کہتے ہین اور مریض بھی اوسے شفا ہی سمجھتا ہے۔ مگر درحقیقت اسی وجہ سے ناگفتہ بہ خرابی پیدا کر دی گئی ہے + کیونکہ بہت سے مریضون نے ڈاکٹر کے یقین دلانے کی تقویت پر کہ اونکو آرام ہو گیا ہے اپنی شادی کر لی۔ اور بہت ہی جلد شادی کے برے نتائج سے معلوم کر لیا کہ اونکو کیسا زیادہ دھوکا ہوا + ایک ایسے شوہر کے ساتھ صحبت کرنے کی وجہ سے کہ جسکے بدن مین چھپی ہوئی سفلس موجود ہے بیوی کی تندرستی اور جان بہت ہی خطرے مین آجاتی ہے + زن و مرد کی صحبت کی حالت ایسی ہے کہ ایک درجہ دونون جسمون مین تبادلہ ہوتا رہتا ہے + پس اگر عورت بہت تندرست نہین ہے تو اوسمین پوشیدہ سفلس جلد پہونچ جاتی ہے۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وہ ایک نئے ایک مرض کا شکار بنتی ہے +

ایسی شادیون کے بچے ہمیشہ ناقابل ہوتے ہین۔ مناسب طور سے کبھی نہین بڑھتے + اس وجہ سے مین دعوے کرتا ہون کہ پوشیدہ حالت مین سفلس بہت ہی زیادہ خطرناک ہے بمقابلہ حاد سفلس کے۔ کیونکہ آخر الذکر حالت

مین شخص بیمار کی ایک پہچان ہوتی ہے جو کہ اوسکی صحیح حالت کو صاف طور سے ظاہر کرتی ہے +

پیشہ طبابت ایک پوشیدہ حالت سفلس کو مانتا ہے اگرچہ اوس کا وجود یقین کے ساتھ جاننے کے قابل جب ہی ہوتا ہے جب کہ حاد سفلس بعد ایک مسلسل زمانہ پوشیدگی کے پھر پھوٹ نکلتی ہے + تب جبکہ اوسکے وجود سے بالکل انکار نہین کیا جاسکتا تو پیشہ طبابت اس امر کو مان لیتا ہے کہ مرض جسم مین تمام وقت پوشیدہ حالت مین رہا ہے + لیکن اگر یہ واقعات ایسے صاف طور سے نہ بتلاتے تو اس زمانہ کا علم اس موقع پر بھی اس مرض (آتشک) کے پوشیدہ حالت کے وجود کو تسلیم ہرگز نکرتا +

سائنس آف فیشیل اکسپریشن کے ذریعہ سے سفلس کی دبی ہوئی حالت پوشیدہ نہین رہ سکتی اور نہ دیگر حالتون مین جہان کہ یہ ابھی تک ظاہرا پھوٹ نہین نکلی ہے + اور اوسکے ذریعہ سے اسی طور پر بہت عرصہ پیشتر طبیعت کا رجحان بطرف امراض آلات تناسل جان سکتے ہین جس کی وجہ سے کہ مرض سے بچت ہوسکتی ہے + مختلف امراض آلات تناسل کی تشریح کرنے کی مجھے ضرورت معلوم نہین ہوتی ۔ مثلاً سفیدی کا آنا ۔ سوزاک ۔ سفلس کا پھوڑا (عموماً آلات تناسل پر) بدھ ۔ سفلس یعنی آتشک ۔ منی کا از خود نکلنا وغیرہ وغیرہ + ہر خاص مرض آلہ تناسل کے نام سے ہمکو سروکار نہین ہے کیونکہ ہم جانتے ہین کہ سب بیماریون کا ایک ہی مشترکہ سبب ہے + ہم جانتے ہین کہ اونکی شکل مین فرق کا انحصار محض تفاوت رجحان طبیعت بطرف مرض سے ہے ۔ یعنی خاص شخص مین مادۂ فاسدہ کی موجودگی پر +

یہ محض اتفاقیہ ہی نہین ہوا ہے کہ نیچر نے آلات تناسل کو اور رطوبت خارج کرنیوالے

آلات کو جزوی ایک دوسرے سے ملا دیا ہے + جسم کوشش کرتا ہے کہ خارج شدہ رطوبت کو ان بیرونی راستوں کی طرف رجوع کرے جسکی وجہ سے کہ مادہ فاسد کی زیادہ سے زیادہ مقدار ان جگہوں میں اکٹھی ہوتی رہتی ہے + عورتوں میں یہ بات بہت صاف طور سے دیکھی جاتی ہے اور اسی وجہ سے خاص تعلق زن و مرد میں یہ بہت قابل لحاظ ہے + اس سے بچا نہیں جا سکتا کہ ایسی تیز اور خارج شدہ رطوبتیں بطور مرہم کے جسم میں بوجہ جلد کی قوت جاذبہ کے سرایت کریں + اس طور سے خراب سے خراب مادہ فاسد جو عورت میں موجود ہے مرد میں منتقل ہو جاتا ہے اور مرد کا عورت میں + اگر مرد میں بمقابلہ عورت کے زیادہ مادہ فاسد موجود ہے تو منی جو کہ جسم کے عروق سے مل کر بنتی ہے عورت کے جسم میں شامل ہو جاوے گی اور اس کو پیشتر سے زیادہ بیمار کر دے گی +

ایک امر اور بھی ہے جسکو ذرا اچھی طرح بیان کرنا چاہیے + **خواہش نفسانی** ایک ایسی خواہش ہے جو کہ گو عام ہے مگر اطمینان کے قابل تشریح اوسکی نہیں کی گئی ہے - اور اب تک کم و بیش اندھیرے میں ہے + پرانی طبابت اسکی خاصیت کے متعلق بہت ہی کم بیان کرتی ہے اور اور بھی کم اس امر میں کہ کیسے صحیح حالت میں ہوتی ہے - اور سب سے کم ان اسباب کا ذکر کرتی ہے جن سے کہ یہ (خواہش نفسانی) غیر صحیح ہو جاتی ہے + تاہم یہ بات کتابوں میں ملتی ہے کہ جسم (حیوانی) میں اپنی حفاظت کے ذاتی خیال سے دوسرے درجہ اتر کر سب سے قوی قدرتی خواہش اولاد پیدا کرنیکی ہوتی ہے + پس یہ بات خیال میں نہیں آتی کہ وہ امر جو صرف زندگی ہی سے کم ضروری ہے آجکل اس قدر نفرت کی نگاہ سے دیکھا جاوے کہ ایک درجہ اسکو خلاف قدرت اور بالکل بے مذاق و بیہودہ خیال کیا جاوے + خواہش[1] نفسانی مثل

[1] مطلب یہ ہے کہ جسم میں مادہ فاسد کی موجودگی ہی کی وجہ ہے کہ خواہش نفسانی کی حالت بھی صحیح نہیں رہتی جس جسم میں کہ مادہ فاسد کا بار نہیں ہے اوسکی خواہش نفسانی کی حالت بھی صحیح یعنی اعتدال پر ہو گی + ۱۲

تمام دیگر خواہشات کے ایک تو حالت اعتدال۔ اور جسم مین مادہ فاسد کے موجود ہونیکی وجہ سے۔ دوسرے حالت غیر اعتدال رکھتی ہے + خواہش نفسانی کی حالت کا ہر شخص کے پاس اوسکی تندرستی کی حالت کے لئے ایک بہت ہی صحیح تھرمامیٹر[1] موجود ہے۔ خصوصاً پوشیدہ مزمن حالت مرض کے اور جسم کے طرز معاشرت کے اثر کے معلوم کرنے کے لئے۔ آخر ان کہ حالت اعتدال کی حالت سے بوجہ زیادہ دباؤ مادہ فاسد کے اعضاے رطوبتی کی طرف اور پس اعصاب کے زیادہ حرکت مین آنے سے پیدا ہوتی ہے + یہ دباؤ آلات تناسل پر بھی اثر ڈالتا ہے اور خواہش نفسانی کو زیادہ بڑھاتا ہے۔ ساتھ ہی ساتھ منی بھی درجہ بدرجہ گرتی جاتی ہے + صحیح حالت خواہش نفسانی کی انسان کو تمام پراگندہ مقصد یا فحش خیالات سے پاک رکھتی ہے + یہ خواہش صرف تندرست ہی شخصون مین صحیح ہوتی ہے اور یہ حالت فقط بالکل غیر محرک غذا اور قدرتی طریقہ بود و باش سے صحیح قایم رکھی جاسکتی ہے + اور یہ غیر صحیح ہوجاتی ہے جب کبھی جسم مین مادہ فاسد موجود ہوتا ہے یا جب کہ مزمن اور پوشیدہ حالت مرض کی شروع ہونے لگتی ہے +

یہ صرف وہی شخص ہے جس کے جسم مین مادہ فاسد پہلے سے موجود ہے جو کہ کسی مرض آلات تناسل مین مبتلا ہوسکتا ہے + اس طور سے یہ بتلایا جاسکتا ہے کہ کیونکر ایک شخص مین تو **سوزاک۔ آتشک**۔ اور آتشک کے پھوڑے کا زہر اثر کرتا ہے اور دوسرے مین نہین کرتا + مجھے ایسی حالتین معلوم ہین جسمین دو شخصون مین سے جنکو مرض کے لگنے کا ایک ہی سا موقع تھا ایک بالکل اچھا رہا اور دوسرے کو مرض لگ گیا۔

---

[1] یعنی تندرستی کی جانچ کرنے کے لئے بطور ایک آلہ کے ہے۔ تھرمامیٹر حرارت ناپنے کے آلہ کو کہتے ہین +

نے مجھے ایک دوسری حالت بھی معلوم ہے جسمین کہ ایک عورت ایک عرصہ دراز تک صرف ایک ہی شخص کے ساتھ صحبت رکھتی تھی اور وہ مرد بھی صرف اوسی عورت کے ساتھ صحبت کیا کرتا تھا۔ اُس مرد کے اُس جگہ سے چلے جانے کے بعد ایک دوسرے شخص نے اوس عورت پر قبضہ کیا۔ اب اگرچہ اُن مردون مین کوئی بھی مریض نہ تھا اور نہ اونھون نے کسی دیگر عورت کے ساتھ صحبت کی تھی۔ مگر دوسرے شخص کو تھوڑے ہی عرصہ مین آتشک ہوگئی حالانکہ اُس عورت کو اس مرض کا ذرا بھی اثر نہوا +

جیسا کہ ذکر کرچکے ہین مادہ فاسد جو کہ ایک شخص کے آلات تناسل مین جمع ہوگیا ہے وہ صحبت کرنے سے براہ راست منتقل ہوتا ہے اور دوسرے شخص کے مادہ فاسد پر ایسا اثر کرتا ہے جیسا کہ خمیر گوندھے ہوتے آٹے مین۔ اور جوش پیدا کرتا ہے خصوصاً جب کہ باہمی مساوات کی وجہ سے جسم پر ایک قسم کا تقویت وتسکین دہ اثر پیدا ہوا ہے + اس اثر کی وجہ سے جسم مین اسقدر قوت بڑھتی ہے کہ اوس مین مادہ فاسد موجودہ کو بذریعہ کیورٹے ٹیو کرائی سس (مثل آتشک اور اوسکے پھوڑے وسوزاک کے) خارج کرنے کی کوشش پیدا ہوجاتی ہے +

یہ واقعات اُن حالات پر بھی جو کہ اکثر وقوع مین آتے ہین روشنی ڈالتے ہین جسمین کہ مثلاً ایک شوہر اپنی بیوی سے ہی سالہا سال ہم صحبت رہنے کے بعد اتفاقیہ کسی دوسری ظاہرا تندرست عورت کے ساتھ صحبت کرکے مرض آتشک مین مُبتلا ہوجاتا ہے + زن وشوہر کی باہمی صحبت نے ایسا کوئی اثر نہ دکھلایا۔ دونون شخصون کے جسمون نے باہمی کمی وبیشی پوری کرلی تھی + برعکس اسکے جدید صحبت کو بالکل مختلف قسم کے مساوات کی ضرورت پڑی جس سے کہ مرض پیدا ہوا +

مین ان حالات کو صرف یہ ظاہر کرنے کے لیئے بیان کرتا ہون کہ امراض آلات تناسل

کس طور سے پیدا ہوتے ہین اور چھوتنے سے لگ جانے والے مادّہ کا براہ راست داخل ہونا
اس حالت مین کیا اثر رکھتا ہے۔ میرے ارادہ سے یہ بہت دور ہے کہ مین تعلقات ناجائیز
کی کسی طور سے بھی امداد کرون + لیکن یہان مجکو مرض - اوسکی خاصیت - اوسکے سبب اور
علاج سے کام ہے اور اس وجہ سے ضروری ہے کہ ایسی تمثیلات کو پیش کرون جیسی کہ
اوپر آئی ہین جو کہ افسوس ہے کہ بہت ہی زیادہ پائی جاتی ہین +

پس ہم کو معلوم ہوتا ہے کہ **امراض آلات تناسل** جسم کے کیوڑے پھوڑے[1] کی ہی قسم
ہی ہین جنکے ذریعہ سے کہ جسم مادّہ فاسد کے جو اوسمین موجود ہے نکالنے کی کوشش کرتا ہے +
پس شفا حاصل ہونے کے لئے ہمکو **مرض کے سبب کو دور کرنا چاہیئے** - یعنی مادّہ فاسد
کو جو جسم مین موجود ہے اوس کے دور کرنے سے تمام بیماریان جو اوسکے سبب سے پیدا ہوئی
ہین رفتہ رفتہ خود بخود دور ہوجاوینگی + ادویات کے ذریعہ علاج کرنے والون کی یہ غلطی بہت
ہی زیادہ نقصان رسان ہے - **پچکاری سے ادویات کو** بہت ہی زیادہ خطرناک زہر وں
مثلاً پارہ کو اوسکی مختلف شکلون مین - **آیوڈین - آیوڈائد آف پوٹاسیم** اور **آیوڈوفارم**
وغیرہ کو جسم کے اندر پہونچا کر ڈاکٹر لوگ مرض کو شفا کرنا خیال کرتے ہین - حالانکہ اصلیت
مین وہ جسم کے شفا کرنے کے فعل کو محض دبا دیتی ہین + یہ بات قدرتاً جسم کی اصلی قوت کے
خرچ پر ہوسکتی ہے - جو کہ دوسری حالت مین شفا حاصل ہونے کا موقع پیدا کرتی +
زہر کے جسم مین داخل ہونے پر جسم کی اصلی قوت اوس کو غیر مضر کرنے کی کوشش کرتی ہے
تاکہ جسم قایم رہے پس اس طریقے سے یہ اپنے شفا کرنیکے کام سے بالکل ہٹا دی جاتی ہے

---

[1] یعنی وہ موقعے جنمین کہ جسم شفا حاصل کرسکتا ہے +

جس کو کہ اطبا لوگ آرام کہتے ہین۔ وہ اس طور سے بمقابلہ اصلی بیماری کے ایک بہت بڑی مضرت معلوم ہوتی ہے + تاہم اسکی اصلی خاصیت پوشیدہ ہے۔ کیونکہ یہ ایک دل پسند اور دہوکہ دینے والی پوشاک فرمن حالت پوشیدگی کی جو کہ بلا تکلیف ہے اور مغالطہ دینے والی ہے پہنے ہوئے ہے + پس اس غلطی سے جب کہ یہ حالت پیشتر کے مرض آلہ تناسل کی تیز علامات کو ظاہر نہین کرتی۔ بہت سے لوگ شفا خیال کر لیتے ہین + لاجواب ثبوت اپنی تائید مین رکھ کر مین اس پیشہ طبابت کے (جو بہت اچھا کہا گیا ہے) ایسی سخت غلطیان کرنے کی اس طور سے مذمت کرنا جایز سمجھتا ہون + اس مین سے چند ثبوت مین یہان پیش کرون گا +

جیسا کہ ہم دیکھ چکے ہین امراض آلات تناسل کو ادویات کے ذریعہ سے دبا دینے سے کوئی بھی بہتری معلوم نہین ہوتی بلکہ صرف ایک نمایشی صحت[۱] یعنی حالت مرض کا برے نقصان وہ درجے تک بڑھا دینا ہے + اگر ہم جلد یاد دیرین۔ گو کہ برسون کیون نہ لگ جاوین اُس شخص کی جس کا جسم دواؤن کی وجہ سے کمزور ہوگیا ہے۔ اصلی قوت پھر لے آنے مین کامیاب ہون تو یہ ہوگا کہ وے تمام علامات جو کہ دبادی گئی ہین پھر چند روزہ ایک ہلکی صورت مین نمودار ہونگی + میرے مطلب مین یہ امر بہت ہی مضبوط طور سے بے شمار مرتبہ ثابت ہوچکا ہے + میرے غسلون کا مادہ کو خارج کرنے کا فعل ہم کو ان امراض کو ایسے پورے طور سے قابو مین رکھنے کے قابل کرتا ہے کہ وے اپنی ہیبت ناک شکل کو بالکل[۲] دور کر دیتے ہین + کسی شخص کو ان بے ضرر کیورسے ٹوکرائی سس کا خوف نہین ہونا چاہیئے

---

[۱] اچھے ہونے کا صرف نام ہی نام ہے +
[۲] یعنی ایسی ہو جاتی ہین کہ ادنے کسی خطرے کا اندیشہ نہین رہتا +

مادہ فاسد کے جسم میں منتشر ہونے کے واسطے ضروری نتائج ہیں نیز اُن ادویات کے جو کہ
خارجی[1] طریق میں استعمال کی گئی ہیں۔

میرے طریق علاج میں جملہ امراض آلات تناسل بلکہ بہت خوفناک آتشک تک بھی اپنی
صحت وضع کو چھوڑ دیتی ہیں۔ میں مبالغہ نہیں کرتا جبکہ میں اس بات کا دعویٰ کرتا ہوں کہ یہ
مرض جو کہ ادویات کے ذریعے لاعلاج ہے میرے طریق علاج سے مثل کسی دیگر مرض کے
(اور مریض کی آئندہ نسل پر کسی بُرے اثر پڑنے کا اندیشہ نہیں رہ جاتا ہے) جڑ سے جاتا رہتا ہے۔
اسی کے ساتھ ہی میں یہ کہنے سے بہت دُور[2] ہوں کہ ہر مریض آتشک قابل علاج ہے بلکہ صرف
وہ لوگ جنکا ہاضمہ درست ہونے کے قابل ہے (قابل علاج ہیں) اُن حالتوں میں بھی
جبکہ یہ علاج بہت عرصہ تک کرایا جاوے تو ہمیشہ بلحاظ قوت زندگی اور خاصیت مادہ فاسد
جو کہ مریض میں موجود ہوں شفا ہونا ممکن ہے۔

جیسا کہ ذکر ہوا ہے کسی مرض آلہ تناسل کا ظاہر ہونا یقینی علامت اس بات کی ہے کہ جسم میں
مادہ فاسد بہت موجود ہے۔ یا دوسرے الفاظ میں - علامت پوشیدہ بیماری کی ہے
اگر شفا نہ ہو تو یہ بیماریاں دوسری مزمن اور معمولاً خراب تر امراض مثلاً دمہ۔ امراض پھیپھڑہ
سل سرطان۔ مرض دل۔ استسقا۔ نقرس وغیرہ کی ابتدائی حالت ہو جاتی ہیں۔
اور اگرچہ یہ ہمیشہ خود مریض ہی میں ظاہر ہوویں۔ تاہم بدقسمتی سے غلط علاج
ادویات کے نتائج صرف بہت ہی زیادہ اوقات اولاد میں دکھلائی دیتے ہیں۔ بہت سی
سادہ دل اور پاکدامن مائیں اپنے بچوں میں کسی ایسے مرض جیسا کہ پھیپھڑوں کا مرض

---

[1] یعنی مثل مرہم وغیرہ کے جنکا استعمال کہ امراض آلات تناسل کے زخموں پر کیا جاتا ہے۔
[2] یعنی یہ نہیں کہتا ہوں۔

سل - گلٹیون کا بڑھنا - ریکیٹس کے منودار ہونے کے سبب کو خیال مین لانے سے قاصر ہین کیونکہ وہ ان امراض کی صحیح وجہ کو نہین جانتی ہین اور اپنی ذات پر الزام لگا نہین سکتین + اور اپنے شوہر کے خفیہ امراض آلات تناسل اور اونکے اولاد پر اثر سے بالکل ناواقف ہین + یہان پر ہم اولاد کی طرف والدین کے گناہون کو دیکھتے ہین بیمار اور کمزور بچہ مثل ایک آئینہ کے ہے اور میری نئی ہدایات سے واقف ہوکر اوس کے ذریعہ سے اوسکے والدین کی جسمانی حالت تندرستی - بچہ کے ولادت کے وقت کی ٹھیک ٹھیک جان لیجا سکتی ہے +

بہت ہی عام امراض آلات تناسل مثلاً سفیدی و سوزاک کے طریقے ورزش کا امتحان کرنے پر ہمکو اور تازہ بخشنگی مادہ فاسد کے متعلق اپنے اصولون کی ملتی ہے + مقامی سوزش کو لیکر طبیعت مادہ خراب یا فارن (ریپ) کو جسم سے باہر نکالتی ہے + اس جوش کیا نیوالے بخار لیئے ہوئے طریقے کی وجہ سے اندرونی اعضا مین بھی ساتھ ہی ساتھ تکلیف اور سوزش ہوسکتی ہے جبکہ یہ کسی کو نہین معلوم ہے کہ اس کارروائی کو جسم کے لیئے کس طور سے بالکل ہی غیر مضر بنایا جاسکتا ہے + ایسی حالت میں یہ کارروائی ایک کیورے ٹیو کرائی سس ان الفاظ کے صحیح معنی مین ہوگی - جتنی کہ زیادہ مقدار مادہ فاسد کی خارج ہوگی اوسی قدر زیادہ پاک کرنے والا اثر جسم پر پڑے گا + خاص بات یہ ہے کہ اس خارج کرنے والے طریقہ کو جسم کے لیئے جس قدر کہ کم تکلیف دہ اور کم خرابی ڈالنے والا ہوسکے بنانا چاہیئے - اوسی کے

سلہ کیونکہ وہ پاکدامن رہی ہے اور اوسکا واقعی کوئی قصور بھی نہین ہے +

سلہ یعنی والدہ کی تو ایام حمل کی حالت جسمانی اور والد کی نطفہ قرار پانے کے وقت پر والدہ کی حالت جسمانی اندازہ بچہ کی حالت تندرستی سے کیا جاسکتا ہے سلہ یعنی جسم کو شفا دینے کا عین جس بقیہ ہوگا + ۱۲

ساتھ ایسا ہو کہ جسم کے پورے کام کرنے مین خلل ڈالے ۔ میرے عمل ان کے ذریعے سے جو کہ ہر مریض کے حالات کے موافق تجویز کئے جاوینگے ہم بہت ہی قابل اطمینان طریقے مین اس مقصد کو حاصل کرتے ہین ۔ میعاد علاج کا انحصار قدرتاً مادہ فاسد کی مقدار اور وسعت پر ہوگا ۔

اُن علاجون کو جنکا کہ امراض آلات تناسل مین ڈاکٹر لوگ استعمال کرتے ہین ذرا خیال مین لائیے مثلاً بذریعہ پچکاری **کاٹ کرنیوالی ادویات سے** ۔ پارہ ۔ جست ۔ آیوڈوفارم پانی کے ہمراہ مثانہ اور اندام نہانی کے اندر اس غرض سے پہونچائی جاتی ہین کہ مہربان نیچر (طبیعت) کے مواد خارج کرنے کی کوششون کو زبردستی روکدیا جاوے ۔ ادویات کی بعض خاصیت ہی اس امر کے لئے کافی ہے کہ روکنے کی کوششون کی بیہودگی کو دکھلاوے ۔ یہ تعجب کی بات ہے کہ کسی نے ابتک اپنے آپ سے یہ سوال نہین کیا کہ **پیپ کہان چلی جاتی ہے بعد اسکے کہ اُسکا نکلنا ادویات کے ذریعے روک دیا جاتا ہے** ؟

نیچر کوئی کام بغیر کسی خاص وجہ کے نہین کرتی ۔ **قدرتی کارروائیون کو قدرتی وسائل** سے ہی امداد پہونچائی جاتی ہے نہ کہ خلاف قدرت علاجون سے جو کہ زندگی کے تمامی حالات کے خلاف واقع ہون ۔

ادویات کے ذریعے علاج کے پختہ اعتقاد والون کی ہی فاش غلطی کی وجہ ہے کہ ہر جگہ پر پاگل خانے ۔ شفاخانے بہت ہی کمزور مریضون کی علاج گاہین[1] اور ایسے مقامات[2] جو کہ تندرستی حاصل کرنے کے لئے مخصوص کئے گئے ہین ۔ اس طور سے بڑھتے چلے جاتے ہین جیسے سانپ کی چھتری یا کوکرمتا ۔ اگر پیشہ طبابت کے علاج واقعی نفع پہونچانے والے ہوتے تو ہر شخص برخلاف مذکورہ بیانات کے ایسے گھرون کی تعداد مین کمی ہونے کی امید رکھتا ۔

---

[1] ایسے اشخاص کے لئے جو کہ چارپائی سے اوٹھ نہین سکتے ۔

[2] پہاڑون مین جیسے مسوری ۔ نینی تال وغیرہ ۔ ۱۲

سے پیدا ہوا ہو ایسے کیس بیان کرنے کے بعد میں دو واقعے اپنے مطب میں سے پیش کرونگا +
پچاس سال ہوئے کہ ایک شخص نے جسکی عمر تقریباً پچاس برس کے تھی مجھسے ایک سخت بیماری
قلب کے متعلق مشورہ لیا + بیان کیا کہ میں نے اوس کو دوا دی اور میرے علاج
سے وہ ہفتے تک کرنے کے بعد دوسری ایک پہلی بیماری پھر نمودار ہوئی - اور جب
یہ اچھی ہو گئی تو پھر دو ہفتے بعد سوزاک نے زور دکھلایا جسمین کہ وہ اٹھارہ برس
پیشتر مبتلا ہو چکا تھا + دونون بیماریان بمقابلہ اوس وقت کے جبکہ اولاً اوس کو ہوئی تھین
بہت ہی ہلکی صورت مین نمایان ہوئین + ایک ہفتہ کے اندر سوزاک بھی اچھا ہو گیا اور
مریض کی تندرستی تعجب انگیز طریقے مین ترقی کرنے لگی اور اوسکے دل کی بیماری پورے طور سے
رفع ہو گئی ۔ دوران علاج مین مریض نے مجھ سے کہا تھا کہ پہلے جب اوس کو سوزاک ہوا تھا
تو اوس نے دو بہت مشہور پروفیسرون سے مشورہ لیا تھا جنکے علاج کا وہی اثر ہوا تھا جسکی
کہ خواہش کیگئی تھی یعنی علامات سوزاک کا دور ہو جانا + چند سال بعد سوزاک پھر لوٹ آیا -
اور دوسری مرتبہ استعمال ادویات سے اوسکی شکایت جلد رفع ہو گئی + دو برس اس بات کے
بعد مرض گردہ نے اوسپر حملہ کیا تھا جسنے کہ اوس کو زیادہ تکلیف دی تھی + آٹھ بڑے مشہور حکیمون سے
مشورہ لینے کے بعد یہ مرض بھی بذریعہ ادویات اسقدر دب گیا تھا کہ خوف دلانے والی علامات
دور ہو گئی تھین + بہت دن نہونے پائے تھے کہ دل کی بیماری شروع ہو گئی تھی جس نے کہ
ہر ایک علاج[1] کی اطاعت قبول کرنے سے انکار کیا - اور آخرکار استسقا کی حالت مین ہونے
کا خوف دلاتی تھی + مینے اوسکو سمجھایا کہ سوزاک کو آرام نہین ہوا تھا بلکہ جسم کے اندر دبا دیا
گیا تھا - اور اس طریقے سے اوس کے بعد والے مرض گردے کی ابتدائی علامات

[1] یعنی کہ علاج سے بھی کم نہوئی تھی + ۱۲

ہو گیا تھا اور جو کہ دبا[1] دئے جانے پر اپنے منبر مین مرض دل کے ہونے کا باعث ہوا جو بلا تیر[2] سے علاج کے استسقا ہو گیا ہوتا +

اب مین ایک سفلس (آتشک) کے مریض کا بیان کرتا ہون

بیرن وان ای عمر ۲۴ سال نے چند سال ہوے کہ سفلس کے بارے مین جسمین کہ وہ دس سال مبتلا رہے تھے مجھ سے مشورہ لیا + اُنھون نے بتلایا کہ مشہور ڈاکٹرون نے اونکے جسم پر پارہ کے مرکب ادویات مل کر کس طور سے اونکا ایلوپیتھک معالجہ چار مرتبہ کیا تھا + اسی طور سے پوٹاسیم ایوڈائڈ کا استعمال بھی اوسکے ساتھ کیا گیا تھا لیکن باوجود ان تمام باتون کے علامات سفلس لوٹ آتی تھین اور منہ مین اور بیرون پر کشادہ زخم نمودار ہوے تھے + نتیجہ یہ کہ اوسکا اعتقاد ایلوپیتھی سے بالکل اوٹھ گیا - زیادہ تر اس وجہ سے کہ اوسکی عام تندرستی پارہ ملی ہوئی ادویات سے علاج کرنے کے بعد ایسی عمدہ نرہی جیسی کہ پیشتر تھی + حال مین ایک قسم کی تکلیف اوسکے سر[؟] معلوم ہوئی تھی - اور اُسکا شفاف حافظہ جاتا رہا تھا مینے اپنے سائنس آف فیشل ایکسپریشن کے ذریعہ سے معلوم کرلیا کہ میرا مریض ایک بہت زیادہ مقدار مادہ فاسد کی جسم مین رکھتا ہے اور علاوہ اسکے ادویات سے زہر پھیل جانے کی علامات بھی صاف عیان تھین + یہ بہت صاف معلوم ہوتا تھا کہ پارہ کے استعمال سے سفلس پوشیدہ کردی گئی تھی + مینے دریائین غسل روزانہ اور سادہ قدرتی غذا بتلادی + نتیجہ اچھا ہوا کیونکہ نصف سال مین مریض کی حالت بالکل تبدیل ہوگئی - سب مین زیادہ اوس کے ہاضمہ نے ترقی کی - اور اوسکی شکل بھی تازہ اور تندرست ہوگئی + سبب کے دور ہونے کے ساتھ ہی

[1] یعنی مرض گردہ + ۱۲   [2] یعنی مرض دل + ۱۲

سفلس بھی بالکل دُور ہوگئی۔ اور نہ یہ پھر کبھی عود کرے گی + اور زیادہ رپوٹین ان معالجات کی حصہ چہارم مین ملین گی +

ضعف باہ۔ نامردی۔ موجودہ نسل کی ذلیل حالت کا مضبوط ثبوت ہیں

بیماری ضعف باہ کے عوام مین موجود ہونے سے اور زیادہ کوئی نہین ہے + میڈیکل سائنس نے اس وقت تک اس بیماری کے لئے کوئی علاج دریافت نہین کر پایا ہے + چونکہ بیڈ ابشس مرض کی خاصیت سے [1] یہ ناواقف ہے اس لئے اسکا مقابلہ کرنے کے لئے بالکل کمزور ہے + ادویات مین پختہ اعتقاد رکھنے والا شخص اس بات کو نہین جانتا کہ مریض کی ہر ایک بیماری کی حالت کا باعث محض جسم مین مادہ فاسد کا موجود ہوجانا ہی ہے + ضعف باہ کا ہر مریض صحت پاسکتا ہے اگر ہم جسم سے مادہ فاسد دُور کر سکین + اپنے طریق علاج کا تجربہ اور اوسکے عمدہ نتائج کو اپنے پاس رکھ کر ہم ایسی خوش حالت مین ہین کہ یہ مقصد حاصل کر سکین + اپنے دل مین بلا کسی اندیشہ کے مین یہ کہہ سکتا ہون کہ بہت سے مریضون کو شفا اس وقت تک ہوچکی ہے اور اس مرض کو شفا ہوتی چلی جاوے گی اگر میرا طریق علاج سمجھ کر استعمال کیا جاوے اور یہ علاج مضبوط [2] ارادہ کے ساتھ جاری رکھا جاوے + آلات تناسل مین اونکے کام کرنے کی قوت مین تمام خرابیان اُنکے سبب کے دُور کردینے سے رفع ہوسکتی ہین + اسی طور سے خواہشِ نفسانی بھی درجہ اعتدال پر لائی جاسکتی ہے۔ تاکہ صحت یاب شخص بلحاظ حالت خواہش نفسانی بالکل قدرتی طور سے زندگی بسر کرنے کے قابل ہوجاوے + کتنی زیادہ تاکید یہ بات دیکھنے مین آتی ہو کہ مضبوط سے مضبوط اخلاقی اصول آلات تناسل کی بڑی سے بڑی غیر قدرتی

---

[1] اشارہ ہے طرف میڈیکل سائنس کے ۱۲ [2] انگریزی مین جو الفاظ اس موقعہ پر استعمال کئے گئے ہین اونسے مطلب ایسے مضبوط ارادہ سے ہے جیسے کہ فولاد مضبوط ہوتی ہے + ۱۲

زیادتیون سے مثلاً جیساکہ جلق سے محفوظ رکھنے مین ناقوان تھا + بہت سی تحریرات ظہار
تشکر کی ہے۔ جنکا کہ مین نے بچے مرد اور نوجوانان ناکتخدا سے پایا ہے۔ جنھون نے کہ میرے
طریق علاج سے ان عادات مہلک سے آزادی حاصل کی ہے مستحق ہوا ہون تا مجھے تسکین
یقین حاصل ہوتا ہے (ملاحظہ فرماسیے رپورٹین صحت بازیابی کی حصہ چہارم مین)

عورات مین ضعف باہ کو باقعین کہتے ہین۔ اور یہ آلات تناسل کی خراب
ساخت یا درجہ اوسط سے کمی و تنگی ہونے کی وجہ سے ہی محض یہ واقع نہین
ہوتا ہے۔ ان آلات مین کثافت عدم احساس[1] بھی ہو سکتا ہے + مین نے اس معاملہ
وشناخت کے ساتھ حصہ سوم کے باب ہوسومہ امراض عورات مین بحث کی ہے +

مردون مین خواہش نفسانی کی حالت عورتون کی حالت سے بالکل مختلف ہے اور اس
وجہ سے مردون مین ضعف باہ بھی دوسری شکل مین ظاہر ہوتا ہے + اس حالت کے ظہور مین
آنے سے پہلے ہم مقررہ علامات دیکھ سکتے ہین یعنی اعتدال سے بہت زیادہ بڑھی ہوئی
اور شہوانی خواہش جماع یعنی مرض مس کا اثر + بچون اور نوجوان آدمیون مین ایک قسم کی
زیادہ کھجلاہٹ ہوتی ہے جو مرض سوزش آلات تناسل سے پیدا ہوتی ہے اور اسی سے وہ
خرابی ہوتی ہے کہ اسقدر زیادہ کھیلی ہوتی ہے یعنی جیسلق پیدا ہوتی ہے + بالغ آدمیون مین
یہ کھجلاہٹ غیر معمولی زیادتی خواہش جماع کی صورت مین ملتی ہے اور اوسی کے ساتھ دل کم و بیش
محض خیالات عشق بازی مین گرفتار رہتا ہے۔ عورتون کے روبرو ایک قسم کی بڑھی ہوئی شرم
نوجوانون مین پیدا ہو جاتی ہے جو کہ بہت سی حالتون مین پورے خوف کی حد تک پہونچ جاتی ہے
اور قریب قریب ہمیشہ نامردی یا ضعف باہ اسکے ساتھ ہی ساتھ موجود ہو گی + اگر آج کے دن ہم اچھے

---

[1] یعنی حس قطعی جاتی رہی +

درجہ کے اتنے زیادہ آدمیوں کو بلا شادی کئے ہوئے پاتے ہیں تو اس واقعہ کا اصلی سبب عورتوں کی موجودگی میں ایک قسم کی شرم ہے جو نامردی کی وجہ سے پیدا ہو جاتی ہے۔ کتنے زیادہ جوان آدمی عالم شباب میں عورت کے ساتھ مناسب طور سے ہمبستری کرنیکے بالکل ناقابل ہوتے ہیں کیونکہ سلق کی وجہ سے نامرد ہو گئے ہیں۔ کتنی ہی خودکشیاں یا اوسکے اقدام کیا اسی سبب سے منسوب نہیں کئے جاوینگے[ل] ؟

مندرجہ ذیل دلچسپ واقعہ کا بیان مثلاً پیش کیا جاتا ہے

اب سے چند سال پیشتر ایک نوجوان شخص عمر ۲۳ سالہ نے جو کہ ایک بڑی ریاست کا وارث تھا مجھسے مشورہ لیا۔ بارہویں[۱۲] سال کی عمر سے وہ جلق کی مشق کیا کرتا تھا۔ اب اوسنے میرے طریق علاج کو جسکی کہ اُس سے بڑی سرگرمی کے ساتھ سفارش کی گئی تھی اپنی بدکاری پر قابو حاصل کرنے کے لئے آزمانا چاہا۔ دن رات وہ اپنی اسی تکلیف کے خیال میں رہتا تھا۔ اُس وقت وہ کوئی چیز سیکھنے کے قابل بالکل نہ تھا۔ اگرچہ وہ اپنی تمام قوت کے ساتھ اس سے بچنے کی کوشش کرتا تھا لیکن پھر بھی وہ اس ذاتی خرابی میں پڑنے کے لئے مجبور ہوتا تھا۔ بقول خود لاچار تھا۔ بیفائدہ کسی علاج کی تلاش میں ابتک رہا تھا۔ اوسکی قوت ارادی بھی اسقدر ضعیف ثابت ہوئی کہ اوسکے دفعتاً اندرونی دھکے کو روک سکے۔ یہ سچ ہے کہ بعض اوقات وہ بہت ہی بڑا ارادہ کرکے اُس بُرائی کو مہینوں تک دور کرنے میں کامیاب ہوا۔ مگر پھر دفعتہً لپٹے اندرونی دھکے کے۔ جو لمحہ کا نہیں جا سکتا۔ تھا میں آکر اور بھی زیادہ اپنے نفس امارہ کے شوق پورا کرتے اپنے آپکو لگتا۔ بہت ہی زیادہ اندرونی ناراضی کے خیال سے اوسپر قبضہ کر لیا تھا۔

[ل] یہ سوال ہے۔ مطلب یہ ہے کہ اسی سے منسوب کئے جاوینگے۔ ۱۲

دنیا مین اپنے آپ کو بیکار سمجھتا تھا۔ **خودکشی کرنے کے خیال** مین ادھر اُدھر پھرتا تھا + اب اوسکے والدین نے اوسکی شادی کرنی چاہی مگر بوجہ بالکل نامرد ہونے کے اوس کو اس سے نفرت معلوم ہوئی۔ میرے طریق علاج مین اوسنے اپنی اخیر امیدین قایم کین۔ اس سے اگر کامیابی نہوئی تو وہ شادی کرنے سے انکار کرے گا +

بذریعہ سائنس آف فیشل اکسپریشن اوسکی حالت کے جانچ کرنے سے یہ ظاہر ہوا کہ اوسکی نامردی کا سبب پرانی سوءہضمی تھی + بوجہ شروع جوانی اوسکا جسم شفا حاصل کرنے مین پھر بہت عمدہ طریقہ مین کام کرے گا[1]۔ پس مین اُس کو بہت اچھی امیدون کا یقین دلا سکا + ایمانداری اور مضبوطی کے ساتھ اوسنے میرے طریق علاج پر عمل کیا۔ اور چند ہی مہینے کے بعد اوسکی حالت بہت درست ہو گئی + میرے خیال کے صحیح ہونے کی ایک اور بہت صاف شہادت یہان دستیاب ہوئی + غسل جو کہ مرض کی جڑ تک سیدھے پہنچ گئے قدرتی اور غیر محرک غذا سے مل کر بہت ہی موثر ثابت ہوے + بعد تیرہ مہینے کے علاج کے **نامردی** اور **جلق** اوسی طریقے مین صحت پا گئے جیسے کہ اور بہت سی دوسری بیماریون کا علاج بکامیابی کے ساتھ ہوا ہے +

---

[1] یعنی جسم بوجہ جوان عمری کے شفا کے حاصل کرنے مین مدد دیگا +

امراض مثانہ وگردہ۔ ذیابطیس۔ یوریمیا۔ ٹہروینگ امراض جگر۔ سنگ جگر یا سنگ مرارہ۔ یرقان انتڑیوں کی بیماریاں۔ تلوون کا پسیجنا۔ پرہیز

بہت سی بیماریوں کی حالتوں کو جنہیں کہ معمولی آدمی کے نزدیک کوئی باہمی تعلق نہیں اس طور سے ایک ہی زمرہ میں رکھنا بہت بے قاعدہ اور بالکل ہی بے ترتیب معلوم ہوگا۔ پیشہ طبابت کی نگاہ میں یہ سچ ہے کہ یہ سب مختلف بیماریاں ہیں اور پس ہر ایک کا علاج بھی خاص ہے + تاہم میرے اس نئے علم شفا بخشی کے آئینہ[1] کے نیچے ہم اونکی مشترکہ اصلیت اور قریبی تعلق کو دریافت کرنے کے قابل ہیں +

سب بیماریوں کی ابتدا کا پھر آسانی سے بوجہ اجتماع مواد فاسد ہونا سمجھ میں آسکتا ہے اور اس موقع پر ہمکو خصوصاً اس اجتماع مواد فاسد سے کام ہے جو کہ اُن اعضا کے معمولی کام پر اثر ڈالتا ہے جو کہ فاضل مادہ کو جسم سے خارج کرنے میں بہت ضروری ہیں + مثلاً گردے اور جسم کی جلد (کھال) + اُن ہواؤں کے ذکر سے بھی یہاں پر تعلق ہے جو کہ معدے میں بوقت ہاضمہ اوٹھتی ہیں جو کہ ریاح کہلاتی ہیں +

---

[1] جیسے کہ خوردبین کے نیچے کسی چیز کو رکھ کر بخوبی دیکھ سکتے ہیں اور اوسکی باریکی دریافت کرسکتے ہیں اسی طرح سے اس نئے علم کو اُس آئینہ خوردبین سے تشبیہ دیگئی ہے۔ ۱۲

یہ ہوائیں باسلیق کی نالی مین جنبش کی وجہ سے اور استخوانون کی حرکت کی وجہ سے (ربڑ کے پمپ کی حرکت کی مانند ہوتی ہے) اندر داخل ہو کر نکلتی ہین۔ اور بصورت بخارات کی حالت مین بوجہ اپنی قوت پھیلاؤ کے وہ سب (ہوائین) باسلیق کی نالی کی دیوارون مین گذر کر تمام جسم اور خون مین سرایت کرتی ہین۔ اس کو صاف سمجھانے کے لئے مین آپکے روبرو ایک تمثیل پیش کرونگا۔ پانی زمین پر محدود کیا گیا ہے سمندرون مین۔ جھیلون اور دریاؤن مین۔ گویا کہ زمین پر ایک طرح کی پانی کی رگین ہین۔ جو جسم انسانی مین خون کی نالیون سے مشابہ ہوتی ہین۔ تو بھی اسی کے ساتھ مین پانی بخارات کی شکل مین تمام ہوا مین اور زمین کے تمام حصون مین بھرا رہتا ہے + غذا اور پانی کی بھی جو کہ جسم مین داخل ہوتا ہے وہی حالت ہے + ظاہرا وہ[۱] مقررہ راستون اور اعضا مین محدود رہتی ہین لیکن بخارات کی صورت مین وہ تمام جسم مین گھسی ہوئی رہتی ہین + اس وجہ سے پھول شراب (بیر۔ وائن[۲]۔ برانڈی) بہت جلد اوسکے پینے کے بعد ہی تمام جسم مین اثر دکھلاتی ہے۔ خصوصاً سر مین۔ حالانکہ اوسکے بخارات بشکل پسینہ اور بشکل ہوا اگر جلد اپنا فعل مناسب طور پر کرتی ہو جسم کے باہر خارج بھی ہو جاوین۔ وے بلا پسینہ کے اور بشکل پسینہ ہر دو طریق سے خارج ہوتے ہین + یہ پسینہ قریب ہر شخص مین مختلف بُو کا ہوتا ہے۔ جب کبھی اس مین بُرا یا مواد فاسد معمول سے زیادہ ملا ہوتا ہے تو اوسکی بُو ناگوار ہوتی ہے + تندرستی کی حالت کا پسینہ برعکس اسکے ہماری قوت شامہ پر خراب اثر نہین ڈالتا ہے + جسم کے اندر اُن بخارات کا اخراج گردون مین کو بھی ہوتا ہے۔ رطوبت سے بلکہ وہ گردون

---

[۱] غذا اور پانی +
[۲] انگریزی شراب کی قسمین ہین + ۱۲

کے ذریعہ سے نالیون مین ہوکر مثانہ مین پہونچتے ہین + پسینہ اور پیشاب اس لئے قریب قریب ایک ہی سی اشیا ہین جو کہ جسم سے خارج ہوتے ہین - جیون ہی کہ مثانہ کافی طور سے بھر جاتا ہے پیشاب کی حاجت معلوم ہونے لگتی ہے وہ فوراً رفع کر لینی چاہئے - اگر جسم کو غیر واقعی پہونچانا منظور نہین ہے + یہ بات ایسی زیادہ ضروری ہے کہ اسکا ذکر ترک نہین کیا جا سکتا ، بدقسمتی سے موجودہ زمانہ کے رواج اور حجاب اکثر ہم لوگون کو اس امر ضروری مین اس طرح سے عمل کرنے مین جیسا کہ ہمکو کرنا چاہیئے باز رکھتے ہین - پس اس مین زیادہ تعجب نہین ہے کہ ہمکو گردون اور مثانہ مین وہ مادہ موجود ملے جو کہ خارج ہو جانا چاہیئے تھا + والدین اور استادون کو پورے طور سے تنبیہ[1] نہین کیجا سکتی کہ وہ اپنے بچون کو پیشاب اور پائخانہ کے روکنے کی خرابیون کو اچھے طور سے سمجھا دیوین + کسی حالت مین بھی بچون کو (جنمین کہ مادہ کی حالت بمقابلہ بالغون کے جلد تبدیل ہوتی ہے اور جنکی قوت زندگی بھی بہت زیادہ ہوتی ہے) اونکی اس قسم کی ضروریات رفع کرنے سے روکنا نہین چاہیئے اگر یہ ہمکو منظور ہے کہ اونکو مضر بلکہ خطرناک نتایج سے بچاوین - اگر مثانہ مین سے پیشاب ٹھیک وقت پر خارج نکیا جاوے تو مثل ہر شئے کے جسم انسان کے اندر آئین برابر آئیندہ تبدیلی ہوتی رہتی ہے جوش ہوتا رہتا ہے + حرارت مثانہ مین بڑھ جاتی ہے اور قدرتی نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ پیشاب کا رقیق مادہ بشکل بھاپ اوڑنے لگتا ہے اور اوسکے نمک[2] رہتے جاتے ہین + اس کارروائی کے باعث گردون کی آئندہ کی خارج کی ہوئی رطوبتین مثانہ مین جانے سے رک جاتی ہین - اونمین اسی طرح کے تبدیلیان بھی واقع ہوتی ہین + اگر مثانہ یا انتڑیون کے خالی کرنے کی حاجت

---

[1] یعنی کتنی ہی تنبیہ کرین وہ اس اہم معاملہ مین کافی خیال نہین کیجا سکتی - ترجمہ انگریزی محاورہ سے کیا گیا ہے مگر مطلب اوسکا یہی ہے کہ جو مذکور ہوا +

[2] پیشاب مین جو اجزا مثل نمک وغیرہ کے نیچے بیٹھ جایا کرتے ہین اونسے مراد ہے + ۱۲

ٹھیک وقت پر رفع نہ کیجاے تو یہ حاجت اکثر جاتی رہتی ہے اور بعد ہ اگر ہم پھر چاہین بھی تو مشکل سے معلوم ہوتی ہے + لیکن تب پیشاب کا کیا ہو جاتا ہے - پیشاب مثانہ مین کم ہو جاتا ہے پس ضرور پھر جسم مین ہی چلا گیا ہوگا + کچھ حصہ پیشاب کا ہم جانتے ہین کہ بوجہ برابر کارروائی جوش کہنے کے پھر حالت بھاپ مین ہو گیا ہے اور تمام جسم اور خون مین اوسی طور سے ملگیا ہے جیسا کہ ہاضمہ کے وقت مین + (بول کے) اس طریقہ سے بھاپ ہو کر اوڑ جانے کی حالت مین نمک ہاے و دیگر لاحل[1] مادہ گردون اور مثانہ مین بشکل چھوٹے چھوٹے زرد رنگ کے بلوری شیشہ کے ٹکڑون کے رہ جاتے ہین - اور بعد کو - گو کہ ہمیشہ سب نہین - خارج ہو جاتے ہین + پیشاب کے برتن کی تلچھٹ کو اگر خوردبین سے دوسو گونہ بڑھا ہوا دیکھکر امتحان کرین تو ہم کو معلوم ہوگا کہ اس مین زرد رنگ کے چھوٹے بلوری ٹکڑے ہوتے ہین جو الگ الگ دیکھنے سے زرد رنگ لیکن اکٹھا دیکھنے سے سرخی مائل معلوم ہوتے ہین + اس طریقہ سے جبکہ خصوصاً مثانہ (مادہ فاسد سے) بہت بھرا ہوا ہے تو وہ معمولی بیماری پیدا ہوتی ہے جسکو پتھری کہتے ہین جس کا علاج آخر صفحہ ۲۸۴ پر ذرا زیادہ تفصیل کے ساتھ بتلایا گیا ہے + سنگ ہاے مثانہ جسم کی فقط غیر صحیح حالتون مین پیدا ہوتے ہین یا خلاف قدرت غذا کا نتیجہ ہے + یہ اوسی طریق سے پیدا ہوتے ہین جیسے کہ انجن میں پانی پکنے کی جگہ مین پپڑی جم جاتی ہے - جو کہ بہت ہی اونچے درجہ کی حرارت مین جبکہ بھاری پانی استعمال کیا جاتا ہے + بارش کے ہلکے پانی مین بہت کم ہوتی ہے + پیشاب گردون مین رک کر بشکل بھاپ اوڑتا ہے اور چھوٹے چھوٹے ریزے اکھٹے ہو جاتے ہین + جس وقت تک کہ وہ بہت ہی چھوٹے ہوتے ہین وے پیشاب کے ساتھ نالیون مین ہو کر بلا تکلیف

[1] جو کہ گھل نہ سکے +

دئے ہوئے مثانہ مین چلے جاتے ہین۔ لیکن جبکہ وے بڑے ہو جاتے ہین تو پیشاب کی نالیون مین گذرتے ہوئے وہ درد پیدا کرتے ہین جسکو کہ **قولنج سنگ مثانہ** کہتے ہین اونکی تیز اور نوکدار سطح پیشاب کی نالی کی جھلی کو رگڑتی ہے اور نقصان پہونچاتی ہے + مثانہ مین بھی یہی کارروائی ہوتی ہے + اگر پیشاب کے باہر نکلنے کے راستے بوجہ بیرونی مادۂ فاسد کے زیادہ جمع ہونے کے تنگ ہو گئے ہون تو یہ آسانی سے وقوع مین آسکتا ہے کہ پتھریان پیشاب کے ساتھ باہر نہین نکلین گی اور مثانہ مین ایک بڑی مقدار کی اشیای بلوری کے بننے کے لئے ایک جڑ قایم کر دیتے ہین + مثانہ مین پتھری کے متواتر حرکت کرنے کی وجہ سے اوسکی شکل گول سی ہو جاتی ہے مگر شکستگی مین ہمیشہ پھر بلور کی کیفیت قایم رکھتی ہے + اس سے یہ نتیجہ نہین پیدا ہوتا کہ اگر پیشاب روکا جاوے تو پتھریان ضرور بنجاوینگی۔ پیشاب اس قسم کا ہو سکتا ہے کہ سب کا سب تبدیل ہو جاوے اور جسم مین بطور مادۂ فاسد کے جمع ہو جائے ایسی حالتین اس سے مختلف قسم کی بیماریان ہو سکتی ہین۔ مثلاً گمڑیون کا پڑجانا جیسا کہ صفحہ ۲۴۵ و ۲۴۶ پر مذکور ہوا ہے + چند سال ہوئے کہ میرے زیر علاج ایک لڑکا تھا جس کا کل جسم مٹر کی برابر گمڑیون سے بھرا ہوا تھا۔ یہ جب پیدا ہوئی تھین جبکہ ایک مرتبہ سردی کی وجہ سے وہ کئی دن تک پیشاب نہ کر سکا تھا + مین نے یہ بتلایا کہ اگر یہ گمڑیان صرف پیشاب روکنے کی وجہ سے ہی ہوئی ہین تو وہ فوراً رفع ہو جاوینگی۔ ہمارا کام اونکو پھر پیشاب مین تبدیل کر دینے کا ہوگا + اس لڑکے نے میرا علاج شروع کیا اور چندہی دنون مین اوس کو بہت زیادہ مقدار پیشاب کی ہونے لگی جو کہ کئی دن تک جاری رہا۔ گمڑیان گویا دفعتہً غائب ہو گئین جس سے کہ اوسکی ماں کو بہت ہی تعجب ہوا + اس حالت مین مادۂ فاسد نے جو کہ پیشاب کی حالت تبدیل ہو جانے سے پیدا

ہوا تھا ان گڑبڑیون کو پیدا کیا تھا جس کو کہ جسم بوجہ زیادہ اصلی طاقت ہونے کے خارج کر دینے کے قابل تھا +

اسہال اور قبض جیسا کہ مین اوپر دکھلا چکا ہون ایک ہی سبب سے پیدا ہوتے ہین یعنی جسم مین مادہ فاسد کی موجودگی سے + پیشاب کی بھی وہی حالت ہی - صرف اسمین رکاوٹ صاف نہین معلوم ہوتی ہے بلکہ محض پھیر سے معلوم ہوتی ہے یعنی جلد کے غیر معمولی رنگ سے - غیر معمولی سرخی سے - مرض گرمی سے - دردسر - رسولی - پتھری وغیرہ وغیرہ ایک معنی کرتے ہیں ایک شخص ابتدائی حالت دوسرے امراض کی ہمکو ملتی ہے +

ذیابیطس ایک مرض جو کہ اسہال کے مشابہ ہے - برخلاف اسکے صاف معلوم ہوتا ہے سوزش جو کہ اندرونی بخار کی وجہ سے ہوتی ہی جسکی وجہ سے کہ مریض ذیابیطس کو بیچین کرنیوالی پیاس لگتی ہے - اس حالت مین قبض پیدا نہین کرتا - اور پتھری رسولیان نہین بناتی - بلکہ مادہ کو بہت جلد نکالتی ہے اور اسی کے ساتھ عروق کو بھی سڑاتی ہے + پس پیشاب بہت خراب حالت مین جوش کھایا ہوا - اور میٹھی حالت مین نکلتا ہے + پتھری اور ذیابیطس بنا سببیت مین ایک ہی ہین - صرف ظاہری علامات مین مختلف ہین - اُن مریضون کو جو ان بیماریون مین مبتلا ہین میرے غسل بہت ہی مفید ہین - اندرونی حرارت کو وے کم کرتے ہین پس زیادتی پیاس کو بھی نفع پہونچاتے ہین +

پتھری اور ذیابیطس دونون کو میرے علاج سے ایک ہی طریقہ مین آرام ہو گیا ہے یعنی اونکا سبب دُور کرنے سے + پتھری چھوٹے چھوٹے دانون مین الگ ہو جاتی ہے - اس صورت مین وہ معمولاً پیشاب کے ساتھ نکل جاتی ہے + پتھری کے مریضون کا علاج کرنے مین یہ تعجب معلوم ہوتا ہے کہ وہ کسقدر زیادہ مقدار پیشاب کی بجبر غسل لینے کی حالت مین

خارج کرتے ہیں - مریض لوگ تعجب کرتے ہیں کہ یہ تمام پانی کہاں سے آگیا - اگرچہ اسکی وجہ بتلانا
بہت ہی آسان ہے - پیشاب جو کہ بیشتر بخار بن کر اوڑ گیا تھا اور تمام جسم میں بطور مادہ فاسد کے
اکٹھا ہو گیا تھا پھر قدیم راستہ سے واپس لایا گیا ہے اور آخر میں جسم سے بشکل پیشاب نکلتا ہے
میرے زیر علاج ایسے مریض رہے ہیں جو کہ غسل کی حالت میں صرف ٹھیک طور سے پیشاب
کر سکتے تھے - رفتہ رفتہ مرض کے درجہ بدرجہ سبب دور ہونے پر مثانہ اپنی صحیح حالت پر آگیا -

شہنشاہ ولیم اول کی حالت میں ہم یہ بات معلوم کرتے ہیں کہ باوجود مرض پتھری کے
بعض انسان کتنی زیادہ عمر کا ہو سکتا ہے - کیونکہ باوجود اسکے کہ اوسکے مثانہ میں ایک بڑی
پتھری تھی اوسکی عمر ۹۰ سے سال کی ہوئی اسکی وجہ صرف یہ تھی کہ شہنشاہ موصوف کے جسم میں
مادہ فاسد ایک مناسب مقام پر تھا[1] - یہی مرض اوس کے لڑکے شہنشاہ فریڈرک موصوف کی
حالت میں جلد تر اور زیادہ خراب شکل میں ظاہر ہوا -

یوریمیا ایک حالت ہے جسمیں کہ یوریا[2] تمام جسم میں اور خون میں پایا جاتا ہے اور
جو کہ عموماً مثانہ کی بیماری اور پتھری کے ساتھ ساتھ چلتی ہے - **میرے سائنس آف
فیشل اکسپریشن** کے ماہران سے یہ مرض اپنی ابتدائی حالت میں بھی جس وقت کہ مریضوں کو
خود اسکا گمان بھی نہو پوشیدہ نہیں رہ سکتا - کوئی علاج ایسا نہیں ہے جو کہ خون کو اور
تمام جسم کو اس مادہ فاسد سے اسقدر جلد صاف کرے جیسے کہ میرے بتائے ہوئے غسل -

---

[1] یعنی ایسے مقام پر تھا کہ جہاں کی موجودگی سے زیادہ نقصان نہین تھا - مادہ فاسد جسم میں (۱) آگے کی جانب (۲) طرفین کی جانب (۳) پشت کی جانب جمع ہوتا ہے - پشت کی جانب کا بار امراض سنگین پیدا کرتا ہے جسکے علاج میں زیادہ دیر لگتی ہے یعنی پشت کی جانب جو مادہ فاسد موجود ہے وہ دیر میں خارج ہوتا ہے اور اس سے کم دیر میں طرفین کی جانب کا مادہ خارج ہوتا ہے اور اس سے بھی جلد سامنے کی جانب کا مادہ خارج ہوتا ہے - ۱۲

[2] ایک خشک شے ہے جو کہ پیشاب کا جزو ہے - ۱۲

بیڈ ویٹنگ سلسل بول۔ یعنی وہ ناگوار حالت بھی جسمین کہ مریض لوگ پیشاب روک نہین سکتے۔ محض پیٹ مین مادہ ناسور کی موجودگی کی وجہ سے ہی ہوتی ہے مثانہ مین معمولاً ایک ناسور ہوجاتا ہے جسمین کو پیشاب نکل جاتا ہے + یہ حالت بھی قریب ہمیشہ پیشتر کے امراض کی وجہ سے جو کہ اچھے نہین ہوئے ہین اور بذریعہ ادویات خلاف قدرت معالجہ کے جسم مین دبا دئے گئے ہین۔ ہوا کرتی ہے + (مقابلہ کرو۔ بیورن یا سیہ شفا یابی حصہ چہارم)

اس شکل کا مرض اور **آنت کا ناسور (انٹس ٹاینل فسٹیولا)** دونون اکثر میرے مطب مین بہت ہی تھوڑے عرصہ مین بسا اوقات چند دن یا ہفتون مین ہی جڑ سے آرام کر دئے گئے ہین + زیادہ عرصہ تک علاج کی ضرورت صرف جب ہی ہوتی ہے جبکہ مرض مزمن ہو گیا ہو اور مریض کو ادویات کے ذریعہ سے ضرر پہونچ گیا ہو +

کٹارہ آف دی بلیڈر یعنی سوزش مثانہ۔ ایک درجہ صرف حاد ابتدائی حالت سخت بیماری مثانہ وپتھری کی ہے۔ اور یہ ایک نازک اور سوزش لی ہوئی حالت مثانہ اور پیشاب کی نالی کی ہے جسمین کہ پیشاب کرنے مین تکلیف ہوا کرتی ہے + مثل تمام قسمون کے بخار کے + یہ بھی صحیح طریق علاج سے بہت جلدی آرام ہو سکتی ہے + اس مرض کا سبب بھی وہی ہے جو کہ تمام دیگر بیماریون کا +

ایک مرتبہ ایک مریض نے مجھے بلایا۔ جو کہ دو ہفتہ سے سوزش مثانہ مین مبتلا تھا + پراسٹیٹ گلٹی (غدۃ قدامیہ) بہت ہی سوج گئی تھی اور مریض بہت ہی تکلیف کے ساتھ پیشاب کر سکتا تھا + ہر دس منٹ کے بعد **مثانہ مین بہت ہی سخت اینٹھن** بھی ہوتی تھی + چونکہ پیشاب کرنے مین ہر روز زیادہ دقت اور تکلیف ہوجاتی تھی ڈاکٹر معالج نے چودھوین دن شام کو سلائی ڈالنے کی تجویز کی جسکا ڈالنا بلحاظ پراسٹیٹ گلٹی کی سوجی ہوئی حالت کے

بالکل غیر ممکن تھا۔ ڈاکٹرون نے کہا مریض کو کلوروفارم[1] دینا پڑے گا جسکی مریض نے اجازت نہ دی۔ اور سبھی اسی شب کو طلب کیا۔ اول فریکشن باتھ سے اینٹھن کو جو کہ ہر دس منٹ میں ہوا کرتی تھی بند کر دیا اور بعد نصف گھنٹے تک غسل کرنے کے مریض بلا تکلیف کے پیشاب کر سکا۔ پون گھنٹے تک غسل کرنے پر مریض آرام سے پلنگ پر لیٹ رہا۔ شب میں خوب پسینہ آیا اور بلا کسی تکلیف کے اوسنے بہت سا پیشاب کیا۔ اس طریقہ سے چند دن میں سوزش (مثانہ) کی بالکل جاتی رہی۔

جگر کی بیماری - جگر کی پتھریاں - یرقان یعنی کنول بائی۔

نا صحکر ان حالتوں میں پیدا ہوتی ہیں جہاں کہ مادہ فاسد کا بوجھ داہنی جانب جسم میں ہوتا ہے۔ جگر سے خارج ہونے والی رطوبت یعنی پت نکو ہم جانتے ہیں کہ گال بلیڈر (پت کی تھیلی یعنی پتہ) سے نکل کر پہلے چھوٹی انتڑی میں جاتی ہے۔ کارروائی ہاضمہ میں ایک طرح کا اثر ڈالتی ہے جوش سڑن کو کم کرتی ہے۔ جب کبھی کہ مادہ فاسد کے داہنی جانب موجود ہونے سے جگر میں نقصان ہوتا ہے اور اس وجہ سے اسکا صحیح فعل پت خارج کرنے کا بگڑا ہوا ہوتا ہے تو میں نے دیکھا ہے کہ بمقابلہ اس حالت کے جبکہ بار مادہ فاسد کا بائین طرف ہوتا ہے پسینہ ایک بالکل مختلف قسم کا نکلتا ہے۔ اس طریقہ میں بار مادہ فاسد کی غالب کے لحاظ سے جگر کی پتھریاں۔ اور جگر کی سختیاں پیدا ہوتی ہیں۔ اس قسم کے تمام مریض

تھوڑے (اکثر خراب) اور بدبودار پسینہ آنے میں مبتلا رہتے ہیں اور خصوصاً تلوے پسینے کے مرض میں پت کا اوڑنا۔ اسکا سڑنا اور جوش کھانا بہت صاف طور سے جلد کے سیاہ رنگ

---

[1] کلوروفارم ایک دوا ہے جو کہ مریض کو سونگھانے سے بیہوش کر دیتی ہے اور ڈاکٹر لوگ اس شخص کو کوئی سخت عمل جراحی کرنا منظور ہوتا ہے جس کو کہ وہ ہوش کی حالت میں برداشت نہیں کر سکتا اکثر یہ دوا سونگھایا کرتے ہیں۔

ہو جانے سے (لیور ایباسس یعنی خرابی جگر کے دھبّون سے) ظاہر ہو جاتا ہے اور بہت سی صورتون مین یرقان پیدا کرتا ہے۔ (مقابلہ کرو رپورٹ ہائے شفا حصہ چہارم) ان امراض کے علاج کرنے مین مینے یہ دیکھا ہے کہ میرے طریق علاج سے شفا بہت ہی جلد ہوتی ہے +

تلوؤن کا پسیجنا۔ جیسا کہ اوپر معلوم ہوا ہے یہ شکایت جگر کی خرابی سے بہت ہی تعلق رکھتی ہے + جیسا کہ مینے اکثر دیکھا ہے۔ یہ شکایت صرف خرابی آخر الذکر[1] کے ساتھ ہی ساتھ ہوتی ہے پس تلوؤنکا زیادہ پسینہ آنا اس امر کو بیرون پیشتر ظاہر کرتا ہے کہ مادہ فاسد کا بوجہ داخی جانب جسم مین بڑھ رہا ہے۔ امراض جگر و امراض پتّہ کی حالت دیرینہ مین پسینہ اکثر اوقات بند ہو جاتا ہے + مریض کی حالت تب برابر خراب ہوتی جاتی ہے کیونکہ تلوؤن سے خارج ہونیوالا فاسد بدبودار مادہ جسم مین رہ جاتا ہے اور دیگر امراض اس سے زیادہ خراب حالت کے مثل مکڑی۔ سرطان[2] وغیرہ کے پیدا کرتا ہے۔ جنکا کہ آرام ہونا ذرا زیادہ تر مشکل ہے اور وقت بھی زیادہ ہی لیتا ہے تلوؤن کے زیادہ پسینہ آنے کو بذریعہ ادویات مثل **کرومک ایسڈ** کے جبریہ **بند کرنے سے مریض کی تندرستی** کو بہت ہی نقصان پہونچتا ہے + ادویات کے ذریعہ علاج کے نقصان رسان نتائج اکثر اوقات بہت عرصہ تک بھی۔ جب تک کہ کوئی اور بھی زیادہ خراب بیماری ظاہر نہو جائے معلوم نہین ہوتے ہین۔ خراب پسینہ کا ادویات کے ذریعے غیر قدرتی طریقہ سے روک دینا بالکل ایسا ہی ہے جیسا کہ کسی بڑے شہر کے صدر گندہ نالہ کو جس مین تمام چھوٹی نالیان آکر گرتی ہین۔ اس وجہ سے بند کر دینا کہ اوسکے نکاس پر ناگوار بو آتی ہے + بیشک صدر گندہ نالے کے منہ پر بدبو بند ہو جاوے گی۔ مگر شہر کے اندر ایک اس سے بھی بہت زیادہ خراب حالت پیدا ہو جاوے گی اور شہر ہر جگہ وبا پیدا کرنے والی بدبو سے بھر جاویگا +

---

[1] تلوؤنکا پسیجنا۔ [2] خرابی جگر سے مراد ہے [3] مکڑی سرطان وغیرہ جو اس طور سے پیدا ہوئی ہین +

یہ بہت ہی افسوسناک بات ہے کہ ہماری فوج[1] کے انتظام کرنیوالے - علم ڈاکٹری کی ہدایتون پر عمل کرتے جو کہ ان امراض کی خاصیت سے بالکل ہی ناواقف ہے - سپاہیون کے تلوے پسیجنے[2] کے مرض کو آرام کرنے کے لیئے اونسے (سپاہیون سے) کرومک و سیلی سیلک السیڈ وغیرہ کے استعمال کی سفارش کرتے ہین + مین ضرور سب شخصون کو اس نقصان رسان علاج سے متنبہ کرتا ہون + میرے نئے طریق علاج مین یہ مضطرب کرنے والا پسینہ جلد از خود غایب ہوجاتا ہے بوجہ اسکے کہ سبب[3] بھی دور ہوجاتا ہے +

مکڑی اور جلد کی بیماریان - ان بیماریون کی بھی جو اکثر دیکھنے مین آتی ہین ایک ہی مشترکہ جڑ ہے - اس سے کچھہ مطلب نہین کہ کس شکل مین مرض پھوٹ نکلے + مینے بہت سے اشخاص کا جو ان امراض مین مبتلا تھے علاج کیا ہے - نتیجہ بہت ہی عمدہ رہا ہے اور قریب قریب ہمیشہ اس بات کی تائید مجھے ملی ہے کہ تلوے اور جلد کے پسینہ کو دبا کر بند کر دینے کی بڑھی ہوئی حالت یہ امراض ہین + یہ امراض حالت مزمن کو ظاہر کرتے ہین جو کہ دوسری بیماری کے دبنے سے ہوئی ہے پس علاج جس کی کہ اونکو ضرورت ہوتی ہے زیادہ عرصہ تک اور بہت ہی ٹھیک ٹھیک کرنا چاہیئے +

مکڑی کیا تو خشک ہوتی ہے یا اوسمین پانی سا نکلتا رہتا ہے + اول الذکر معمولاً زیادہ دقت سے آرام ہوتی ہے + بچون کو مکڑی اکثر ہوجاتی ہے - یہ ہمیشہ پشتینی مادہ فاسد سے یا بچون کے امراض سے جو دبا دیئے گئے ہین اور اکثر ٹیکہ کی وجہ سے شروع ہوا کرتی ہے + زیادہ وضاحت سمجھانیکی غرض سے مین بیان دو دو نمونے اس قسم کے بہت سے نمونون مین سے منتخب کرکے پیش کرونگا +

---

[1] ملک جرمنی کی فوج سے مطلب ہے + [2] یعنی پیر پسیجنے کا علاج بذریعہ کرومک و سیلی سیلک اسیڈ وغیرہ کے ۱۲ [3] یعنی پسینہ خراب آنے کا سبب ۱۲

امین سے جو پہلا مریض تھا وہ دوسری مرتبہ اوسکے ٹیکا لگنے کی تاریخ سے کھال مین پھنسیان نکلنے مین مبتلا ہوگیا تھا اور مرض تمام جسم پر پھیل گیا تھا۔ شب کے وقت وہ دستانے پہن لیا کرتا تھا۔ اور اپنے ہاتھ بندھوا لیتا تھا تاکہ وہ اپنے تئین کھرونچ نہ ڈالے۔ اپنے پاجامے اور بڑے کوٹ کی جیبون مین سے تھوڑے عرصہ مین اوسنے کھرونچ ڈالا۔ اپنے ساتھیون کے ساتھ وہ کھیل مین شریک نہین ہوسکتا تھا اور اپنے وقت کو پڑھ کر گذارنا چاہتا تھا۔ جس سے اوسکی حالت افسردگی مین اور ترقی ہوئی۔ جتنی کہ اوسکی عمر بڑھتی گئی اوسیقدر اوسکی بیماری نے بھی ترقی کی۔ اوسکی خوشی و خرمی بالکل جاتی رہی اور وہ ایک جلد نزدیک آنیوالی موت کا ہی جو اوسکا انتظار کررہی ہو خیال کرسکتا تھا۔

اتفاقیہ اوسنے میرا نئے قدرتی علاج کا ذکر سُنا۔ اور اوسکے بعد ہی میرے طریقہ علاج کا ذکر۔ بذریعہ دیکھنے میری کتاب موسومہ نیو سائینس آف ہیلنگ میری صلاح پر عمل کرکے اوسنے روزانہ دو غسل لئے اور تھوڑی غیر محرک غذا کا استعمال کیا اور خوشی کے ساتھ حسبِ عادت اپنی عام حالت تندرستی مین ایک ترقی دیکھی۔ جسکے بعد درجہ بدرجہ پھنسیان اچھی ہونے لگین کچھ عرصہ کمر ہی جو کہ چیچک کے ٹیکہ کا پھل تھا بالکل آرام ہوگئی۔ دوسرا معاملہ مرض چھاجن کا تھا۔ ایک نوجوان شخص عمر ۲۴ بیس سال اس خوفناک مرض مین مبتلا تھا۔ سر اور گردن پر ہی خاصکر اثر ہوا تھا۔ مرہم اور ادویات مفید ثابت نہ ہوئی تھین پس اوسکا اعتقاد علاج ادویات سے اوٹھ گیا تھا۔ وہ میرے پاس آیا اور میرے خاص مشورہ سے اوسنے علاج شروع کیا۔ اس مریض کو بھی مین یقین دلاسکا کہ امید کامیابی ہے۔ کیونکہ تشخیص سے اجتماع مادۂ فاسد سامنے کی جانب معلوم ہوا۔ چند روز مین اوسکا خراب ہاضمہ بہتر ہوگیا۔ اور اوسی کے ساتھ چھاجن بھی صریحًا اچھا ہونے لگا۔ تیسرے دن پانی نکلنا بند ہوگیا۔ اور سولہ ۱۶ دن مین

اس خرابی کا نشان بھی باقی نہ رہا +

مریض کی گردن بھی جو کہ بہت موٹی تھی اس زمانہ کے قریب ۱½ انچ کے گھٹ گئی +
وہ فاسد مادّہ جو کہ باعث اس موٹی گردن اور چھاجن کا تھا گردون[له] اور انتڑیوں کی راہ
بہت بہت مقدار مین خارج ہوگیا۔ زیادہ رپورٹین شفا ہونے کا جسمین کہ ایک رپورٹ
سائی کوسس (ٹھوری کے قریب پھنسیان) کی بھی شامل ہے حصہ چہارم مین ملینگی +

له یعنی پیشاب اور پاپخانہ کی شکل مین۔ کیونکہ گردون کی راہ پیشاب اور انتڑیون کی راہ
پاپخانہ کی حالت مین مادہ فاسد خارج ہوتا ہے + ۱۲

دل کی بیماری اور استسقا یعنی جلندھر

دل کی بیماریون کی ایک بہت بڑی فہرست ہے جسمین کہ انسان مُبتلا رہتا ہے اور جنکا اشخاص طبابت پیشہ - بلحاظ ہر ایک مرض کی مختلف علامات کے - مختلف طریقون مین علاج کرتے ہین + یہ امراض تقسیم کئے جاتے ہین **دل کے امراض آرگینک**[۱] مین اور **کارڈیک** **دانور** یعنی دل کی کمزوریون کے امراض آرگینک مین اور دل کے علامات مین جن علامات کی پیدایش عارضی باعثون سے ہوا کرتی ہے + لیکن اگر ہم بلاتعصب کے امراض دل کے اسباب کی تحقیقات کرین اور اونکی وجوہات کو قدرت کی کارروائی مین تلاش کرین تو بھی ہم اسی نتیجہ پر آوینگے کہ دل کی تمام بیماریون کی جڑ اوسمین (دل مین) مادۂ فاسد کا موجود ہونا ہے - پس ان شکایات کا مختلف اقسام مین تقسیم کرنا بالکل بے فائدہ ہے + کسی خاص حالت کے واقعی خطرناک ہونے کا انحصار دل کے مزاج پر اور مضر اثرون کے روکنے کی کم و بیش قابلیت پر ہے + مثلاً اگر اجتماع مادۂ فاسد بائین جانب ہے تو مرض کے بڑھ جانے کا گمان غالب ہے بہ نسبت اوس وقت کے جبکہ اجتماع مادۂ فاسد دائین جانب ہو + دل چونکہ بوجہ موروثی مرض کے کمزور پیدا ہوا ہے تو قدرتاً مادۂ فاسد کو برداشت نہین کر سکتا +

نوٹ ۱ آرگینک وہ امراض کہلاتے ہین کہ کسی عضو مین پیدا ہو جاوین یعنی اوس کی ساخت مین فتور ہو جاتا ہے + ۱۲

اُس حالت مین کہ جسمین دل کے اندر مادہ فاسد موجود ہوتا ہے ہمکو عموماً علامات مادہ فاسد کے جسم مین ہونے کی بھی ملتی ہین + صرف آس پاس حصّون مین ہی مادہ فاسد کی موجودگی کا اکثر بشکل چربی بڑھنا ظاہر نہین ہوتا بلکہ دل کے پٹھے بھی بسا اوقات مادہ فاسد سے ایسے بھر جاتے ہین اور پھول جاتے ہین کہ وہ اپنے معمولی کامون کے کرنے کے لئے بالکل قابل نہین رہتے + ہر حالت مین یہ ضروری نہین ہے کہ دل کے پٹھے بڑھ جاوین۔ دل کے پٹھون مین مادہ فاسد کی موجودگی اکثر اونکے زیادہ سخت۔ زیادہ گھنے یا زیادہ تنے ہونے مین ظاہر ہوتی ہے + اس حالت مین پٹھون کے کام کرنے کی قابلیت کم ہو جاتی ہے + ہر شخص اس بات کو جانتا ہے کہ جب کبھی جلد مین کوئی سوجن ہوتی ہے تو یہ تناؤ تمام جسم کے کام مین مخل ہوتا ہے۔ دل کی حالت مین بھی اوسکے پٹھون مین مادہ فاسد کی موجودگی کا اظہار دل کی بے قاعدہ حرکت سے معلوم ہوتا ہے۔ جب کبھی دل سے کوئی زیادہ کام لیا جاتا ہے مثلاً جب کبھی ہمکو کوئی صدمہ پہونچے یا کوئی خلاف امید جوش دلانے والی بات واقع ہو۔ یا سخت جسمانی محنت کے ذریعے سے یعنی جس حالت مین کہ غیر معمولی مقدار خون کی دل کی طرف رجوع ہو۔ تو ہم کو صاف معلوم ہو جاتا ہے کہ یہ آلہ اپنا کام پورے طور سے کرنے کے قابل نہین ہے + اختلاج قلب۔ دل کے خون کی گردش کا رک جانا۔ فالج۔ سانس لینے مین تکلیف وغیرہ وغیرہ امراض ہو جا سکتے ہین + معمولاً اوسین زیادہ تکلیف نہین ہوتی۔ لیکن سستی اور طبیعت پر ایک قسم کا بوجھ معلوم ہوتا ہے خواہ متواتر یا صرف چند ...۔ گویا کہ کوئی شئے غیر۔ دل پر دباؤ ڈال رہی ہے +

دل کے سوراخون کے کام مین حسب بیان اوسی طور سے ہو جاتی ہین ۔ جب کسی مدت تک اونمین مادہ فاسد موجود رہتا ہے تو اپنے تئین بند کرنیکا کام بیا آئندہ ٹھیک طور سے نہین

کر سکتے۔ اونکی سطح بوجہ جمع ہو جانے مادۂ فاسد کے ایسی ناہموار ہو جاتی ہے کہ اب خون کے خانون کے مُنہ پر ٹھیک نہین بیٹھتی + دل کے سُوراخون مین نقص اس وجہ سے بھی ہوسکتا ہے کہ خانہ ہائے خون کے مُنہ کی سطح بیڈول ہو گئی + ہر دو حالت مین وجہ ایک ہی ہے +

دل کی اعصابی خرابیان[۱] واقعی بہت ہی ذہانت کی "ایجاد" ہین + جیسا کہ مین اعصاب کے امراض کے باب مین تذکرہ کر چکا ہون۔ کوئی ایک عضو بغیر اوسکے متعلق اعصاب مین بھی خرابی ہوے بیمار نہین ہوسکتا۔ نیچر اور آئین نیچر کے متعلق بالکل ہی غلط فہمی ظاہر ہوتی ہے اس خیال کرنے سے کہ اعصاب پورے تندرست ہو سکتے ہین اور صرف یہ یا وہ عضو بیمار ہو۔ یا کہ کل جسم سوا اعصاب کے پورا تندرست ہوسکتا ہے + میرے نزدیک یہ خیال ایک گذری ہوئی بات ہو گئی + آج کے دن ہم یقین کے ساتھ جانتے ہین کہ دل کی مختلف بیماریان اور اونکے صدہا مختلف نام۔ اونکی مختلف شکلین اور اونکی مختلف ظاہری علامات۔ ان سب کا ایک ہی مشترک سبب ہے۔ یعنی جسم مین مادۂ فاسد کی موجودگی +

لیکن اگر دل کے مرض کا سبب دُور نہین ہوا یا اگر اور زیادہ مادّہ فاسد یا زہریلا مادّہ بطریق ادویات جسم مین داخل کیا گیا ہے۔ تو ایک بدتر حالت پیدا ہو جاوے گی۔ یعنی **استسقا** نمودار ہو جاوے گا۔ استسقا ہمیشہ دیگر امراض کی جو اس سے قبل ہو چکے اور آرام نہین ہوئے ہین آخری حالت ہے۔ پانی جو جسم مین استسقا کی حالت مین ملتا ہے بالکل غیر مادہ ہے اس سے یہ صاف ظاہر ہے کہ جسم اب ایسی حالت مین نہین ہے کہ کیا تو تندرست خون پیدا کرے یا کہ جو اوسمین موجود ہے اوسکو کافی طور سے صاف کرے +

---

[۱] یہ طنزاً کہا گیا ہے + ۱۲

نتیجہ کیا ہوتا ہے؟ وہ عروق جو خون بناتی ہین مادہ فاسد کی وجہ سے جوش مین آتی ہین اور اپنی شکل وہیئت کو بدل دیتی ہین + کسی اور مرض مین ہم اسقدر صاف طور سے مادہ پیدا ہونے اور اوسکے جسم مین سڑنے اور اس وجہ سے اوسکی شکل مین تبدیلیون کے ہونے کی کارروائی کا پتہ نہین لگا سکتے ہین + کچھہ عرصہ گذرا کہ ایک مریض استسقا نے جسکا جسم پانی سے اسقدر بھرا ہوا تھا کہ مثل ربر کے نل کے پھولا ہوا معلوم ہوتا تھا مجھہ سے مشورہ لیا + اندرونی دباو پانی کا اسقدر زیادہ تھا کہ پیرون کی کھال مین سے پانی برابر ٹپکتا تھا۔ پس ہر جگہ جہانکہ وہ مریض بیٹھتا تھا وہان تری کے نشانات رہ جاتے تھے +

سب سے زیادہ لحاظ کے لایق اس مرض مین یہ بات تھی کہ وہ مکھن فروش تھا اور روزمرہ اوسکو بہت سے مکھن کا مقابلہ[^1] کرنا پڑتا تھا + پانی جو کہ پیرون سے نکلتا تھا ایسی زیادہ مکھن کی بو اوسمین آتی تھی کہ اوسکی اصلیت مین کچھہ شبہ ہو ہی نہین سکتا تھا + کچھہ عرصہ مین اوسکا معدہ اسقدر مکھن کے کافی طور سے ہضم کرنے کے لایق نہ رہا تھا جسقدر کہ اوس کو روزمرہ مکھنون کا مقابلہ کرنے مین بلا روٹی وغیرہ کے کھانا پڑتا تھا + مکھن دم بدم کم ہضم شدہ رہتا گیا اور آخرکار جسم مین مادہ فاسد بنگیا + وہ شخص بائین[^2] کروٹ سے سونے کا عادی تھا۔ اور اوس جگہ مکھن جمع ہوگیا۔ دل کے اندر اور اوسکے قریب اور کم و بیش تمام جسم پر مقدار چربی کی جمع ہوتی گئی + اسکا اول نتیجہ مرض دل ہوا۔ جو برسون تک قایم رہا + آخر کا مادہ فاسد ایک دوسری حالت خرابی[^3] مین تبدیل ہوا اور اوس نے اپنے تئین پانی کی شکل مین ظاہر کیا

[^1]: یعنی چاکھہ کر مقابلہ کرنا پڑتا تھا +
[^2]: یعنی بائین جانب +
[^3]: یعنی سڑنے کی حالت سے مراد ہے +

دل کا مرض تمام حالتون مین گذر چکا تھا + اول یہ **اختلاج قلب** یا ہول دلی کہلایا - پھر دل کے اعصاب کی بیماری - پھر **قبضی دیجنریشن**[1] جسکے ساتھ فوراً ہی دل کی کیواڑیون مین **نقص** پیدا ہوگیا + پھر **پیری کارڈیل** ڈراپسی - یعنی پردہ دل[2] مین **استسقا** شروع ہوکر تمام جسم مین استسقا ہوگیا + مریض نے تمام مختلف طریقہاے علاج کا تجربہ کرلیا تھا اور آخرکار جبکہ بدقسمتی سے بہت ہی ناوقت ہوچکا تھا وہ میرے پاس بہ تلاش صحت آیا + وہ اس وقت ایسی حالت مین نہ تھا کہ میری ہدایات پر پوری کامیابی کے ساتھ چل سکے + تمام قسم کی ادویات اور زہرون سے اوسکا علاج ہوچکا تھا اور اوس کے مرض کی ہر حالت کا ایک نیا نام رکھا گیا تھا اور ساتھ ہی اوس کے کوئی نئی دوا بھی اوس کو دی گئی تھی +

جسم مین پانی جمع ہوجانے کا سبب ایک قسم کی سڑی ہوئی حالت کا پیٹ مین واقع ہوجانا ہے جوکہ بہت زیادہ حالتون مین معلوم بھی نہین پڑتی کیونکہ یہ بہت آہستہ آہستہ ہوتی ہے + صرف جبکہ پانی سانس لینے مین دقت پیدا کرتا ہے اور دل مین بے چینی کرتا ہے - تب خرابی نظر آتی ہے + جبکہ جسم مرض کا مقابلہ کرنے لگتا ہے اور مریض اپنی اصلی طاقت کو کافی طور حاصل کرنے کے قابل ہوتا ہے تو مرض مزمن ایک حاد سڑی ہوئی حالت مین ظاہر ہوتا ہے + اگر مریض کی بیماری بہت ہی بڑھ گئی ہے تو یہ گرم سڑی ہوئی حالت اوس کو اسقدر کمزور کردیتی ہے کہ کامل شفا کا ہونا اب ممکن نہین رہتا - وہ اندر سے ضائع ہوتا جاتا ہے + برخلاف اس کے اگر کافی اصلی طاقت زندگی اب بھی موجود ہے جسکے باعث کہ جسم سقت

---

[1] یہ عضلاتی ریشہ ہاے قلب کا جزوی یا کلی چربی مین تبدیل ہوجانا ہے +

[2] اس جھلی سے مراد ہے جسمین دل رہتا ہے + ۱۲

یجا سکتا ہے تو وہ اس قابل ہو گی کہ اس سوزش اور ورم کو جسم سے نکالدیوے +
مین اس کو دو مریضون کے حالات بیان کرکے جنکا علاج میرے شفاخانہ مین ہوا ہی سمجھاؤنگا +
ایک مرتبہ ایک شریف آدمی غیر ملک کا رہنے والا جو کہ برسون سے استسقا مین بیمار تھا اور
جس کو ایلوپیتھک علاج سے کچھ نفع نہوا تھا میرے پاس آیا - اوسکے پیر معمول سے دگنے
پانی سے پھولے ہوئے تھے اور جسم بھی + باوجود اسکے مریض کو صرف سانس لینے مین دقت
اور پیرون مین بھاری پن کی شکایت تھی - وہ اس وقت بھی خوب اچھی طرح سے چل سکتا
تھا + مین نے اوسکو سمجھا دیا کہ اوسکی حالت اسقدر زیادہ بڑھ گئی ہے کہ شفا نہوگی -
پس میرے خیال مین یہ بہتر ہو گا کہ وہ میرا علاج شروع ہی نہ کرے + لیکن مریض نے اصرار
کیا اور باوجود میرے اُسے روکنے کے کوشش کرنے کے اوسنے بہتری کی امید رکھکر
علاج شروع کیا +

شروع کے ہفتون مین امید سے بہت زیادہ سب باتین اچھی ہین - وافر پسینے اور
زیادہ مقدار پاخانہ نے جلد ہی مقدار پانی کو کم کردیا پس مریض اسیقدر خوش معلوم ہونے لگا
اس وقت تک اوسکے جسم نے صرف مرض کے مادہ کو ہی خارج کیا تھا یعنی پانی کو - اب اوس نے
پانی کے جمع ہونے کے سبب کو دُور کرنا شروع کیا + یہ اندرونی سڑن[2] بھی جو کہ معلوم بھی نہین
ہوتی تھی + جسم ایک ہی طریقے سے شفا حاصل کرسکتا ہے - یعنی مزمن سڑن کو حالت گرم
و حاد مین تبدیل کردینے سے + اگر جسم مین اب بھی ضروری اصلی قوت زندگی[1] موجود ہے تو
وہ مادہ فاسد کو جسکی وجہ سے کہ یہ خراب حالت ہوئی تھی نکال دیوے گا - اور شفا کامل
طور سے ہوجاوے گی +

---

[1] یعنی طاقت زندگی ۱۲　[2] اشارہ ہے پانی کے جمع ہونے کے سبب سے + ۱۲

اسکے برعکس حالت مین جسم اندرونی گرمی کی وجہ سے ضائع ہوتا جاوے گا + میرے مریض کے ساتھ اوسکی حالت نے آخرالذکر طریقہ اختیار کیا جیسا کہ مین پیشتر سے معلوم کرچکا تھا + تیسرے ہفتے مین پرانی سٹرن کی تبدیلی دہنے پیر مین شروع ہوئی + یہ ورم بدم زیادہ ہونے لگا - یہانتک کہ اونگلیون سے پنڈلی کے درمیان تک ایک کھلا ہوا زخم ہوگیا جو کہ دوسرے ہی دن بالکل سیاہ ہوگیا تھا + وہ سٹرن جو کہ پیشتر اندر پوشیدہ تھی اب قدرتاً مریض کو زیادہ تکلیف دیتی ہوئی - باہر نکالی گئی - چوتھے ہفتے مین وہ سیاہ مادہ مثل ایک موٹی کھال کے زخم سے علیحدہ ہوگیا اور زخم پھر اچھا ہونے لگا + اور اب اُس مریض کی اندرونی حرارت (جوکہ اسوقت بھی بھاری جسم کا تھا) روزانہ بڑھنے لگی - یہ علامت یقینی اس امر کی ہی کہ اندرونی سٹرن مین تبدیلی اس وقت بھی ہورہی تھی + اول اثر شدت کی پیاس کا ہوتا تھا + باوجود اس علاج کے مواد نکالنے کے فعل کے یہ علاج سٹرن پر قابو حاصل کرنے مین اور بیحد گرمی کے کم کرنے مین کامیاب نہوا - جیساکہ مریض کی کمزوری بڑھنے سے صاف عیان تھا + غسل کرنے کی بھی جلد ہی طاقت نہ رہی - اور اونتیسوین دن مریض بیہوش ہوگیا - اور تیسوین دن قضا کرگیا - یہ مریض محض بوجہ بے حد اندرونی گرمی کے فوت ہوا - جیسا کہ مین نے اوسکو اول سے ہی بتلا دیا تھا کہ ظہور مین آویگا +

اب مین ایک واقعہ کا ذکر کرتا ہون جسمین کہ انجام بالکل قابل اطمینان ہوا ہے + مریض اسکا عرصہ دراز تک مستسقی رہا تھا - اوسکی حالت نازک تھی مگر خوش قسمتی سے بوجہ اسکے کہ اوسکا علاج ہومیوپیتھک طریق سے ہوا تھا - اوسنے دوا بہت کم کھائی تھی - میرے علاج مین تین ہفتہ کے اندر ہی پانی دُور ہوگیا - جس کے بعد چوتھے ہفتے مین بے حد اندرونی گرمی معلوم ہونے لگی - جس کے ساتھ کہ عجیب علامات موجود تھین + مثلاً چوتھے ہفتے مین دوسرے

دن بار بار دست بہت ہی زیادہ بدبودار۔ بالکل سیاہ رنگ پاخانہ اور ہیضہ و پیچش کے سے آئے + یہ تین دن تک جاری رہے + اُسکے کنبہ مین کوئی بھی اس بات کو سمجھا نہ سکا کیونکہ مریض بہت ہی تھوڑی غذا کھاتا تھا + اوسکی بی بی اسکی نسبت بہت ہی زیادہ اندیشہ کرکے میرے پاس آئی تو مین نے اوس کو سمجھا دیا کہ اوس کا شوہر اب بچ گیا۔ محض ایسے نازک وقت کے آنے سے + اسکے ذریعہ سے جسم صرف اندرونی سڑن کے ہی خارج کر دینے کے قابل نہین ہوا تھا۔ بلکہ اوسکے سبب کو بھی[1] یعنی اُس مادہ فاسد کو جو برسون تک جسم مین جمع ہوتا گیا تھا + مریض بوجہ اس مادۂ فاسد کے دفعتہً نکل جانے سے بہت ہی خالی ہوگیا تھا اور بے حد دُبلا ہوگیا تھا لیکن روز بروز ترقی کرتا ہوا جلد ہی صحت پانے لگا + آج کے دن وہ ایسا تندرست ہے جیسا کہ وہ بیس برس پیشتر تھا۔ اور پانی کا ایک نشان بھی ظاہر نہین ہوا + اس حالت مین خوش نصیبی سے جسم اس قابل تھا کہ سڑن کی حالت کو۔ حالتِ مزمن سے حالت حاد مین تبدیل ہونے کو برداشت کر سکے +

استسقا واقعی قابل علاج ہے۔ صرف اُس حالت مین جبکہ مریض کو میرے طریق علاج کی پوری پابندی کرنے کے ساتھ ہی اُن حصّون مین جنہین کہ استسقا کا اثر ہے بلا مدد اور آزادی کے ساتھ پسینہ آوے یا لایا جاسکے + تب یہ ممکن ہے کہ پانی اور دیگر قسم کا مادہ فاسد نکال دیا جاسکے اور ہاضمہ پھر زیادہ اچھا بنا دیا جائے + جبکہ جسم کی قوتِ زندگی اس قدر کم ہوگئی ہے کہ وہ مادہ فاسد کو خارج نہین کرسکتا ہے تو

[1] یعنی اسکے سبب کو بھی دُور کر دینے کے قابل ہوا تھا +

استسقا لاعلاج ہے + ایسی حالت مین - اور سب باتون سے زیادہ - ہاضمہ کا ہمیشہ کے
لئے درست کرنا غیر ممکن ہے +

اس موقع پر مین پھر ایک مرتبہ اپنے نئے طریقہ تشخیص یعنی سائنس آف فیشل ایکسپرشن
کی طرف توجہ دلاؤنگا جو کہ ہم کو ایک سچا طریقہ استسقا کی آمد کا اوسکے برسون قبل
جان لینے کا بتلاتا ہے + اس نئے علم سے مسلح ہو کر ہم اوس وقت تک انتظار کرنے کے لئے
مجبور نہین ہوتے جب تک کہ امراض اس درجہ نہ بڑھ جاوین کہ وہ لاعلاج ہو جاوین - ہم جڑ سے
ایسے وقت مین علاج شروع کر سکتے ہین جبکہ مرض کی حالت ایسی ہے کہ اوس کو کلی طور پر اور
آسانی سے شفا ہو جاوے +

مذکورہ بالا بیان کی سچائی کے ثبوت صرف عملی طریقے سے دکھلا دیے جا سکتے ہین اس لئے
مین ایک دلچسپ واقعہ سخت مرض کا جس کے ساتھ استسقا اور جذام بھی ملا ہوا تھا ذیل مین
پیش کرتا ہون +

ایک جنٹلمین شہر بیٹو یا ملک جاوا کا رہنے والا اوس جگہ مین ۴۲ سال تک مال
باہر بھیجنے کا پیشہ کرتا رہا اور بقول اوسکے اوس زمانہ مین اوسکی تندرستی قابل اطمینان رہی -
گو گاہے گاہے سوجی ہوئی آنکھین - ٹانگون پر ورم اور عارضہ بخار مین مبتلا رہا +
یہ علامات ہمکو اس بات سے آگاہ کرنے کے لئے کافی ہین کہ اوسکا جسم تندرست نہین تھا
بلکہ مادہ فاسد سے بہت بھرا ہوا تھا + یہ مادہ فاسد اولاً ایک حصہ جسم مین جمع ہوا - یعنی جسم کے زیرین
حصہ مین - اور بوجہ گرم ملک کی آب ہوا کے اپنے مقابلہ ہمارے معتدل ملک کی آب ہوا کے

سلہ یعنی مرض کے علاج کے شروع کرنے مین انتظار نہین کرنا پڑتا + ۱۲

ہوش زیادہ جلدی آیا + اس طرح لینے سے مرض کی ایک حالت حاد پیدا ہوگئی + ان باتون کی سچائی کے لیے اس بڑے دلچسپ معاملہ کی آیندہ حالت ہمکو بہت ہی عمدہ ثبوت دیتی ہے +
نومبر ۱۸۶۵ء مین یہ مریض سر کے پیچھے بائین کان کے قریب ایک بڑی سوجن مین مبتلا ہوا + زہریلی ادویات نے اوس کو دبا دیا اور پھر جسم کے اندر زبردستی سے گھسا دیا + اسکے کچھہ عرصہ بعد یہ دوسری شکل مین ظاہر ہوا - یعنی اوسکے ہاتھ کی ایک اونگلی سوج گئی اور بہت کثرت سے اوس سے مواد خارج ہوا - یہانتک کہ ہڈی کا ایک ٹکڑا بھی سڑکر نکل گیا +
ہاتھ کی اونگلی مشکل سے آرام ہونے پائی تھی کہ انتڑیون مین سے غیر معمولی مقدار خون کی نکل گئی - یہ یقینی علامت اس امر کی ہے کہ مستون کا ایک گچھا پھٹ گیا + اس کے تھوڑے ہی عرصہ بعد بائین پیر پر ایک کشادہ زخم نمودار ہوا جو کہ بہت عرصہ تک کشادہ رہا اور بہتا رہا +
اسکے علاوہ مریض کے ہاتھ پیر ٹھنڈے رہتے تھے سرد پسینے آتے تھے اور بار بار بخار کے حملے ہوتے تھے - ان سب باتون سے کسی گہرے مرض کی موجودگی ظاہر ہوتی تھی +
فروری ۱۸۶۶ء مین معمول سے اونچے درجے کا بخار اس کو آیا اور کئی دن تک اوسی تیزی کے ساتھ چڑھا رہا - یہانتک کہ اوسکے خاندان کے مقررہ طبیب نے جسنے کہ اس کو مرض جذام تشخیص کیا تھا یورپ کے سفر کرنے کی بہت مضبوطی کے ساتھ صلاح دی + پس ۱۳ اپریل ۱۸۶۶ء کو مریض شہر ہنولولو سے رخصت ہوا +
یورپ مین پہونچنے پر اوسنے پروفیسر جے ساکن شہر برلن سے مشورہ لیا - اونھون نے خون کی سوزش تشخیص کی - اور اوس کو شہر بادکران کنیشل قریب ٹوز واقع اوپری بیویریا مین ڈاکٹر ایچ کے پاس اوسکی سفارش کرکے بھیجدیا + اس ڈاکٹر کے علاج کے

دوران مین ایک سرخ دھبا مریض کے ہاتھ پر نمودار ہوا جو کہ باوجود ہیر کسروپیوٹ سلیمیٹ[ل] کے رگڑنے کے پھر بھی قایم رہا + اس سلسلۂ علاج کے ختم کرنے پر مریض کو کسی قدر تازگی زیادہ معلوم ہوئی۔ لیکن موسم خزان مین اوسکے جسم پر اور بھی زیادہ سرخ دھبے نمودار ہوئے + پُرانے بخار کی حالت اس طریقہ سے بڑھ گئی + اپریل ۱۸۸۸ء مین وہ ملک جاوا کو واپس ہوا جہانکہ گرم آب و ہوا مین سرخ دھبے کثرت پسینہ کے ساتھ غائب ہو گئے +

ماہ مئی مین بیٹویا مین پہونچ کر دل کی خرابی مع ایسے سخت بخار کے محسوس ہوئی کہ وہ پھر ڈاکٹری مشورہ کا متلاشی ہوا اور آخر مئی ۱۸۸۸ء مین ایک مرتبہ پھر ایک معقول زمانہ کے لئے بغرض علاج یورپ جانے پر مجبور ہوا +

مذکورۂ بالا بیان سے یہ بالکل عیان ہے کہ مقام باد کران کیمپل مین علاج ہونے سے مرض کا سبب کسی طرح جسم سے دُور نہین ہوا تھا + مرض کا ازسرنو ملک جاوا مین مریض کی واپسی پر پھوٹ نکلنا اس بات کا کافی ثبوت تھا + یورپ کی سرد آب و ہوا مین قیام کرنے سے مرض زیادہ پوشیدہ اور مزمن حالت مین منتقل ہو گیا تھا + پس مریض کو مرض کی موجودگی کی کمتر خبر تھی۔ کیونکہ مرض کا حالت حاد مین پھوٹ نکلنا اب کم کم ہو گیا تھا + گرم ملک کو پھر واپس جانے نے مرض کو دفعتہً حالت حاد مین تبدیل کر دیا + اوس کے طبیب نے تاہم اس ظاہری بہتری تندرستی کو جو کہ تبدیلی آب و ہوا سے پیدا ہوئی تھی + حالات موجودہ مین کافی آرام ہو جانا سمجھ لیا +

ملک یورپ واپس جانے پر مریض قصبہ فرائی برگ واقع شہر بیڈن مین زیر مشورہ

ل یہ ایک انگریزی دوا کا نام ہے جو کہ بعض جلدی بیماریون مین جلد کے اوپر رگڑی جایا کرتی ہے + ۱۲

اپنے گھر کے طبیب یہ ڈاکٹر این شاہی طبیب کے اپنے تئین شفا دینے کی پوری تجاویز
کرتا ہوا قیام پذیر ہوا + موسم خزان مین سرخ دھبے تمام جسم پر - اور ۱۸۶۲ء کے مقابلے مین
بہت ہی زیادہ خراب حالت مین - پھر نمودار ہوے + یہ ایک سچی علامت اس امر کی تھی
کہ جسم مین مادہ فاسد کی موجودگی اور بھی زیادہ ہو گئی ہے + ڈاکٹرون نے سرخ دھبون
اور دیگر علامات کی ماہیت کو ذرا بھی نہ سمجھ کر اپنے مریض کو مطلع کیا کہ مرض کا اچھا کرنا
نیچر پر چھوڑ دینا چاہیئے + اونکی سفارش سے اوسکا مقام سول یاد رنفلڈن کو
جانا سب سے زیادہ مضر ہوا + مرض رفتہ رفتہ زیادہ مزمن ہوتا گیا اور قدرتاً اوسکی جسمانی
خرابی کے ساتھ ہی ساتھ اوسی کے موافق اوسکی زندہ دلی مین کمی واقع ہوئی + یہ اوس کی
حالت اُس درجہ مصیبت دیرینہ کو پہنچ گئی تھی جسمین کہ ہر شخص جو کہ ہر جگہ بے فائدہ
تندرستی کی تلاش مین رہتا ہے مبتلا ہوا کرتا ہے + یہی وہ افسردہ دلی ہے کہ جو مالیخولیا -
مایوسی - پس و پیش - بزدلی - اور زندگی سے سیری کا منبع ہے + تب یہ کوئی بھی
تعجب کی بات نہین ہے کہ وہ مریض جس کا کہ آخر ۱۸۶۸ء مین مشہور ڈاکٹرون نے ناکامیابی
کے ساتھ علاج شروع کیا تھا بہت ہی زیادہ مایوس ہوجاوے + امید بھری حالت جوانی
سے گذر کر وہ تھکا ہوا - ناخوش - شکستہ دل - پیش از وقت حالت پیری مین
پہونچ گیا +

ضروری کام نے اب ۱۹ جنوری ۱۸۶۹ء کو اوسکو جاوا کا سفر واپسی اختیار کرنے پر
مجبور کیا - اوسکا مرض اس وقت تک ایسا مزمن ہو گیا تھا کہ اوسکی جلد جس کو کہ مشرقی آفتاب
کے نیچے بھی مشکل سے ہی تین سال کے درمیان پسینہ آیا ہو - اپنا فعل بعض ناکافی طور سے
کرتی تھی + بٹاویا مین پہونچ کر بیماری نے تیزی کا پلٹا لیا + پیشتر کی

دل کی خرابی پھر زیادہ سختی کے ساتھ ظاہر ہوئی + اسکے ساتھ جو بخار تھا اوس نے مریض کی طاقت صریحًا کم کر دی۔ اور پانی بھی پیرون مین دکھلائی دینے لگا + مزید بران بیٹیویا کے ڈاکٹرون نے اوسکے مرض کو **جذام** تبلایا اور اوسمین اس وجہ سے اونکا یقین اور بھی پختہ ہوا کیونکہ مریض کے آخری یورپ مین قیام کی حالت مین بہت مشہور یورپین ماہرین امراض از قسم جذام نے اوسکے خون مین جذام کے کیڑون کی ایک بڑی تعداد مین موجودگی دریافت کرلی تھی + بوجہ اوس بڑے خوف کے جو کہ وہان جذامیون سے اس مرض کے لگنے کا عوام کو تھا۔ بیٹیویا کے ڈاکٹرون نے اپنے مریض کو فورًا وہان سے چلے جانے کی صلاح دی۔ الا اوس حالت مین کہ وہ چاہے کہ اوسکے پاس آمد و رفت تمام آدمیونکی بند ہو جائے + پس ۱۹ دسمبر ۱۸۸۹ء کو مریض نے ایک مرتبہ پھر یورپ کے لئے جہاز طیار کیا۔ اُس کے ہمراہیون نے یہ بہت مشکل سے ممکن سمجھا کہ وہ شہر جنیوا مین زندہ پہونچ سکے گا + مگر سمندر کی ٹھنڈی ہوا نے اوسکی طاقت زندگی کو جگادیا۔ اور وہ بخیریت یورپ پہونچ گیا جہانکہ اوسکی حالت پھر حالت حاد سے زیادہ مزمن حالت مین تبدیل ہوگئی + **قصبہ فرائی برگ** مین اوسکے معالج ڈاکٹرون نے اوس کو بالکل نا امیدی کی حالت مین سمجھ کر جواب دیدیا +

ایسی دردناک حالت مین ہونے کے وقت اُس مریض کی توجہ منجانب ایک اوسکے پرانے دوست باشندہ **لیزگ** جس نے کہ اوس کو برسون تک جاوا مین جانا تھا۔ میرے طریق علاج کی طرف دلائی گئی + ۲۰ مارچ ۱۸۹۰ء کو مریض **لیزگ** پہونچا اور چار دن بعد۔ گو کہ قریب قریب نا امیدی کے ساتھ۔ اوس نے میرا علاج شروع کیا +

یہ وقوعہ ایک سب سے زیادہ عجیب ثبوت میرے طریق علاج کے صحیح ہونیکا ہے۔
اور میرے سائنس آف فیشیل اکسپریشن کی سچائی کی یقینی تائید ہے۔ خوش قسمتی سے
ابتدائے علاج مین مینے اس مریض کا فوٹو لیا تھا۔ اور بعد کو بھی + تصاویر نمبر ۱ و ۲ اصلی
تصویرون سے پھر طیار کی گئی ہین + اوسکا جسم مادہ فاسد کی وجہ سے بالکل تبدیل ہوگیا تھا +

تصویر نمبر ۱

تصویر نمبر ۲

گردن بہت تھوڑی رہ گئی تھی جس پر کہ ایک گھینگا نمودار ہوچکا تھا۔ دیکھنے مین[1] یہ جسم مین
ڈوبی ہوئی معلوم ہوتی تھی اور دونون کے بیچ مین کوئی مناسب حد فاصل نہ تھی + پیشانی پر
ایک بڑا گومڑہ قریب ایک انچہ اونچا موجود تھا + آنکھون کے چارون طرف کی جگہ سوج رہی تھی
اور تمام سر[2] بھی جوکہ مادہ فاسد کا بہت زیادہ جمع ہونا ظاہر کرتا تھا + دبنے پر کی

[1] یعنی گردن + [2] یعنی سر بھی سوج رہا تھا یا بڑھا ہوا معلوم ہوتا تھا + ۱۲

پنڈلی سڑ گئی تھی۔ اور پیر اور ٹخنے مین دونون جگہ پانی تھا۔ اور سڑے ہوئے مقام کے اوپر بھی پانی تھا۔ جسکی وجہ سے مریض اپنی ٹانگ کو مشکل سے کام مین لا سکتا تھا + دھڑ مین اجتماع مواد فاسد کا اسی مناسبت سے تھا جتنا کہ سر اور گردن مین + ہاضمہ بالکل خراب تھا۔ نہ گردے نہ انتڑیان اپنا کام مناسب طور سے کرتی تھین + دل کی خرابی دن رات چین نہ لینے دیتی تھی۔ اور اوسنے ایک حالت بیقراری اور گھٹن کی پیدا کردی تھی۔ مریض کے ہاتھ اور پاون مثال برف کے سرد تھے اور سیاہ نیلگون رنگ کے ہو گئے تھے

میرا علاج شروع کرنے کے بعد جلد ہی نتائج خواہ نخواستہ ملے + ہاضمہ نے جلد ترقی کی۔ آنتین جوکہ بیشتر پچکاری سے ہی کام کرتی تھین۔ اور گردے۔ تیسرے ہی دن سے اپنا کام برابر کرنے لگے + پیشاب جوکہ پہلے ہلکا اور صاف تھا اب گدلا اور میلے رنگ کا ہوگیا تھا۔ بڑا ایک مقدار مادہ فاسد کی اوسمین تھی + دوسرے ہی دن مریض کو آرام اور تازگی معلوم ہونے لگی۔ اگرچہ کچھہ تکان سا بھی معلوم ہوا تھا۔ جوکہ اُس قوت کی وجہ سے جو مادہ فاسد کے جسم سے نکالنے مین صرف مین آتی ہے پیدا ہوا تھا + بہت زیادہ پسینہ نکلنے نے بھی آرام ہونے مین زیادہ امداد پہونچائی + جسم کی بیرونی شکل مین بہت جلد ایک قسم کی محسوس ہونے والی تبدیلی زیادہ تر اس وجہ سے واقع ہوئی کہ اوس شخص کی حالت مین مادہ فاسد کا اخراج جسم سے بہت تیزی کے ساتھ ہوتا گیا +

پنڈلی کے گرد وہ سڑی ہوئی جگہ کس طرح سے رفع ہوئی اس بات کو بغور دیکھنا دلچسپی کا باعث تھا + اول یہ جگہ سیاہ مائل بہ سفیدی تھی۔ پھر سرخ مائل بہ آسمانی ہوئی۔

---

(۱) یعنی بول و براز ٹھیک طور سے نہین ہوتا تھا +

(۲) مطلب ہے کہ طبیعت اچھی ہونے لگی + ۱۲

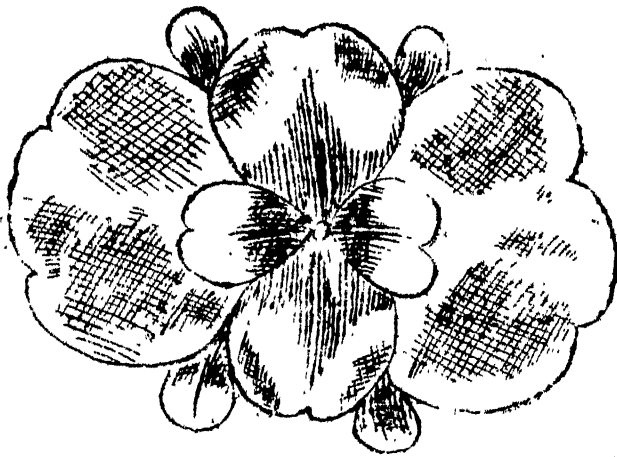
اور پورے سوا چار انچ چوڑی تھی۔ یہ شکل پانی گھل گئی۔ اور ٹانگ بھی اوسی کے ساتھ بہت موٹی ہو گئی + آخر شہ وہی ٹانگ بے حد موٹی ہو گئی + مادہ فاسد کے جوش میں آنے اور تبدیل ہونیکی قابلیت کے ظاہر کرنیکے لئے یہ کارروائی قابل لحاظ تھی +

یہ ایک حالت سے دوسری حالت میں جانے کا نازک وقت جس کے اندر کہ مریض کا گذر ہو رہا تھا بہت ہی خوفناک تھا مگر اوسکی قوت زندگی کی بڑی مقدار نے اوسکی اچھی مدد کی + اگرچہ زیادہ چلنے پھرنے کے قابل نہ تھا۔ مگر پھر بھی غسلوں نے ان جگہوں میں جہاں کہ استسقا کا اثر تھا پسینہ خوب نکالا۔ جو کہ ایک ثبوت اوسکے جسم میں پلٹا لینے کی قوت کی موجودگی کا تھا۔ چار ہفتے میں اوسکے جسم سے تمام پانی خارج ہو گیا + اسکے بعد شفا بے حد تیزی سے ہوتی گئی + ہر روز مریض زیادہ تازہ اور زیادہ جوان اپنے تئیں معلوم کرنے لگا۔ اور بعد چار مہینے کے علاج کے۔ جسمیں کہ چند صحت دینے والے نازک وقت بھی آئے۔ اسقدر شکل میں تبدیل ہو گیا (دیکھو شکل ۲) کہ مشکل سے پہچان میں آسکے + دل کا مرض اور استسقا بالکل جاتے رہے۔ اور درحقیقت اچھے ہو گئے۔ اور بجائے مایوسی کے بالکل مختلف اور خوشی کی حالت مع لہر دلعب کے آگئی +

بٹیویا میں اس نیک انجام کا لوگوں کو یقین نہ آیا۔ اور اوتھوں نے لکھا کہ مریض کو ملک جاوا میں اس وقت تک جہاز سے اترنے کی اجازت نہ دیجائے گی جب تک کہ یہ ثابت نہو کہ وہ جذام کے کیڑوں سے بالکل پاک ہے + اس وجہ سے اوسنے اپنے تئیں ان چند مشہور ماہران مرض جذام کی سپردگی میں بغرض معائنہ دیا جنھوں نے کہ اوسکا امتحان

ملہ یعنی جس سے ظاہر ہوتا تھا کہ اوسکے جسم میں ایسی قوت موجود ہے جو کہ مرض کو پلٹ کر صحت کی طرف رجوع ہو سکتی ہے۔ یعنی اتنی قوت ابھی باقی تھی کہ اسکو تندرست کر سکے + ۱۲

اور علاج پیشتر کیا تھا۔ اور اسوقت شہر ہیم برگ مین مقیم تھے + بعد اس امتحان کے جو کہ چار ہفتہ تک ہوتا رہا تمام مریض کو اطمینان دلایا گیا کہ اب وہ جذام کے کیڑون سے پاک ہے + یہ جنٹلمین جو کہ ۱۸۹۲ع مین ہمارا مین واپس آیا ابھی زندہ ہے اور بہت اچھی تندرستی کی حالت مین ہے + اوسکی پیشتر کی کوئی شکایات پھر ظاہر نہین ہوتین ہین +

اس وقوعہ سے ایک اور ثبوت مروجہ میڈیکل سائینس۔ اوسکی تشخیص اور طریق علاج کے ناقص ہونے کا ملتا ہے + یہان پر ایک ایسا مریض تھا جس کو کہ لایق اوستادون نے جواب دیدیا تھا۔ مگر میرے طریق علاج سے وہ موت سے بچا لیا گیا اور اپنے خاندان اور دوستون کو واپس دیدیا گیا +

حرام مغز یعنی ریڑھ کے بانس کی بیماری۔ ریڑھ کے بانس یا حرام مغز کا زائل ہونا + مسوں کی بیماریاں

قبل اسکے کہ ریڑھ کی ہڈی کا کوئی خوفناک مرض پھوٹ نکلے۔ کوئی پرانی بیماری عرصہ تک ضرور رہی ہوگی + سائنس آف فیشل ایکسپریشن کے ذریعہ سے بہرکیف ہم برسوں پہلے انجام دریافت کر سکتے ہیں۔ مرض کی طرف رجحان طبیعت کو معلوم کر سکتے ہیں۔ اور وہ سبب بتلا سکتے ہیں جنکی وجہ سے اعصاب میں مادہ فاسد موجود ہے۔ آخر الذکر کے متعلق۔ مریض خواہ مجرد ہو یا متاہل (بی بی والا) خصوصًا بدخوابیاں اکثر ہوا کرتی ہیں + لیکن یہ اخراج منی اعصاب کی خرمن سوزش ظاہر کرتی ہے۔ خاصکر ریڑھ کے گودے کی اور نرویس سمپیتھائی کس کی جو کہ پشت میں مادہ فاسد جمع ہو جانے سے ہوئی ہے + سوزش کے بڑھنے کے ساتھ ہمیشہ اعصاب طاقت مقابلہ میں کم کم ہوتے جاتے ہیں حتی کہ مریض آئندہ اپنے اعضا پر قابو نہیں رکھ سکتا + پیروں پر سے عمومًا سب میں اول اوسکا قابو جاتا رہتا ہے + بدخوابیوں کے ساتھ اور بھی خراب علامات ظاہر ہوتی ہیں + بہت سے لوگ کمر کے قریب ایک خاص قسم کا جکڑا پن معلوم کرتے ہیں جو کہ بلحاظ مادہ فاسد کی موجودگی کے بہت مختلف ہوتا ہے۔ اکثر اس اندرونی بندش[1] یا پیٹی پر ایک خفیف قسم کی اسردی بھی معلوم ہوتی ہے + مرض کی زیادہ بڑھی ہوئی حالت میں اکثر گاہے گاہے یا متواتر تیز عصبی درد اور درد کمر ہوا کرتے ہیں۔ جو کہ از حد دکھ دائی

[1] مراد اسی جگہ سے ہے جہاں کمر میں جکڑا پن معلوم ہوتا ہے + ۱۲

اور دقت میں ڈالنے والے ہو سکتے ہیں +

ریڑھ کے بانس کے امراض بہت مختلف شکلوں کے ہیں جیسا کہ ان بیماریوں میں ہوتا ہے بہت سی اور بھی بیماریاں مادہ فاسد کے ایک ہی طریق میں موجود ہونے سے پیدا ہو جاتی ہیں مثلاً سینٹ[1] وائی ٹس ڈانس بہت بڑھی ہوئی حالت میں جس کو آخری حالت کہتے ہیں۔ یہ قریب قریب غیر ممکن ہو جاتا ہے کہ ریڑھ کے گودے کے امراض اچھے کر دیئے جائیں تاہم ایسی حالتوں میں زیادہ سے زیادہ یہ کیا جا سکتا ہے کہ بہر طرح تمام درد مریض کا دور کر دیں + معلاً یہ تھوڑے ہی عرصہ میں کیا جا سکتا ہے۔ اگر ہاضمہ ترقی کرنے کے قابل ہے پس اندرونی اطمینان۔ نیند اور بھوک معلوم ہونے لگتی ہے +

خوش قسمتی کی بات ہے کہ میرے سائنس آف فیشل ایکسپریشن کے ذریعے جیسا کہ مذکور ہو چکا ہے آیندہ یہ ضروری نہیں ہے کہ اس آخری حالت مرض کا انتظار کیا جائے ہم اسکے روکنے کی غرض[2] سے بہت عرصہ قبل ہی علاج شروع کر سکتے ہیں۔ یہ ایک ایسا نفع ہے کہ جو بیش بہا ہے + ریڑھ کے بانس کی خرابیاں ابتدائی حالت میں آرام کرنا ایسا ہی ہے جیسا کہ بہت سی دوسری خفیف بیماریوں کا آرام کرنا + اگر برخلاف اسکے مرض کی حالت بڑھ گئی ہے اور خصوصاً اگر مرض کا علاج ادویات سے ہوا ہے تو شفا زیادہ تر مشکل ہے + ایک مکان جس کو کہ آتش نے اچھے طور سے پکڑ لیا ہے وہ بچایا نہیں جا سکتا۔ اگر ایک دفعہ بھی بہت دور تک آگ پھیل گئی ہے +

---

[1] ایک مرض ہے جس میں کہ مریض ہاتھ۔ پیر اور منہ بلکہ تمام جسم کو اینٹھتا ہے۔ معلوم ہوتا ہے کہ مریض کو رعشہ ہو گیا ہے ایک قسم کی غیر منتظم حرکت مریض کے اختیاری عضلات میں ہوتی ہے + اسکو انگریزی میں کوریا بھی کہتے ہیں +

[2] یعنی مرض کی آخری حالتیں پہونچنے کو روکنے کی غرض سے + ۱۲

میرے زیر علاج بہت سے مریض رہ چکے ہین جو کہ امراض حرام مغز (ریڑھ کی بانس) مین مبتلا تھے مگر مین سب مریضون کو اچھا نہ کرسکا + بعضون کو اسی پر قناعت کرنی پڑی کہ اونکی افسوسناک حالت مین بہتری واقع ہوئی۔ تکلیف کم ہوگئی۔[1] آخرالذکر صرف وہی اشخاص ہوے ہین جنہون نے اپنے جسم کو دوایات کے استعمال سے اسقدر سبقت کر دیا ہے کہ بہت ہوشیاری کے ساتھ علاج کرنے سے بھی اونکا جسم پورے طور پر آرام ہونے کے قابل نہ تھا +

مذکورۂ بالا ذکر کو صاف کرنے کی غرض سے مین پھر اس موقع پر چند نظیرین اُن لوگون کی پیش کرونگا جنکا علاج میرے کارخانہ مین ہوا ہے۔

پہلا وقوعہ ایک ایسے نوجوان شخص کا ہے کہ جو حرام مغز کے مرض مین بہت سختی کے ساتھ مبتلا تھا اور دونون ٹانگین جسکی مفلوج ہوگئی تھین + ایک سال سے زائد سے وہ ماہران[2] سے مشورہ لیتا رہا تھا۔ مگر کوئی نفع اونکے علاج سے حاصل نہ کیا تھا + اپنے پیرون سے وہ ذرا بھی حرکت نہ کرسکتا تھا۔ اور نہ وہ کھڑا ہوسکتا تھا۔ گو کہ عمر مین صرف ۲۴ سال کا تھا۔ مگر مجبورا لاچار بستر پر پڑا رہتا تھا یا اوس کو دایم المریض معذور شخصون کی کرسی مین بٹھاکر گھماتے تھے + اُس کا ہاضمہ اس قدر خراب تھا کہ اُس سے زیادہ خراب ہو نہین سکتا + اوسکی انتڑیان اپنا فعل بلا خارجی مدد کے کبھی نہین کرتی تھین۔ پیشاب مریض کو بیخبری مین ہوجاتا تھا + جب اوس کو کرسی مین بٹھلاتے تھے تو اوسکی ٹانگین صحیح طور سے خود اوسکا بجاے کوئی دوسرا شخص رکھدیتا تھا +

---

[1] یعنی جسمین کہ صرف تکلیف ہی کم ہوگئی اور آرام کلی نہین ہوا +

[2] یعنی کسی خاص مرض کا علاج کرنیوالے۔ اس جگہ مرض فالج کے معالجہ کرنے والون سے مراد ہے +

میرے زیرنگرانی آنے کے بعد اوس کو ابتدا مین چار غسل ٹھنڈک پہونچانے والے روزانہ لینا پڑے اور غذا صرف خشک اور قدرتی کھانی پڑی + بوجہ ضعف ہاضمہ کے اگرچہ اول مہینے مین بہت تھوڑی ہی ترقی معلوم پڑتی تھی۔ لیکن دوسرے مہینے مین ہر شخص بلاشبہ ترقی معلوم کرسکتا تھا + اور دو مہینے کے بعد مریض پھر پیشاب کو روک سکا۔ اور اوسکی ٹانگین بھی اسقدر اچھی ہوگئی تھین کہ وہ اونکو تھوڑا تھوڑا سرکا سکتا تھا۔ اور بغیر اپنے خدمتگار کی مدد کے تھوڑی دیر کے لئے کھڑا بھی رہ سکتا تھا + نو مہینے کے علاج نے اوسے ایسا کردیا تھا کہ وہ کمرے مین بلا مدد کے ذرا ٹہل سکتا تھا۔ اور اوسکے بعد دو مہینے مین اوس کو اپنی ٹانگون پر پھر پورا قابو ہوگیا + اوسکی ریڑھ کے بانس کی بیماری جیسے کہ یہ شکایتین اوس بڑی اندرونی گرمی کی وجہ سے جوکہ مادۂ فاسد کے اجتماع سے ہوئی تھی۔ پیدا کری تھین۔ ٹھیک ٹھیک اوسی طریقہ سے اچھی ہوگئی جیسے کہ اور بہت سی بیماریان قابو مین آئی ہین +

اس وقوعہ سے بھی یہ صاف معلوم ہوتا ہے کہ پشت کی جانب مادہ فاسد کے زیادہ جمع ہوجانے کا شفا کرنا کسقدر مشکل ہے[1] + ابتدائے علاج مین میتے خود اسکا مشکل سے خیال کیا تھا کہ مریض کی حالت بہتر ہوسکتی ہے۔ شفا کا تو ذکر ہی نہین تھا + کیونکہ ہاضمہ کمبختی سے بہت ہی زیادہ خراب تھا اور ابتدا مین[2] کچھ آثار بہتری کے ظاہر نہ کئے تھے + بعد مین شفا محض اُس شخص کی عجیب و غریب ثابت قدمی کی وجہ سے ہوئی + اگر مریض نے میرا علاج اس سے پہلے شروع کیا ہوتا تو اسکا ٹانگون کے اوپر سے اسقدر کلی اختیار نہ جاتا رہا ہوتا اور شفا بھی بہت زیادہ آسان ہوگئی ہوتی +

---

[1] یعنی ان امراض کا شفا کرنا جوکہ پشت کی جانب مادہ فاسد کے جمع ہوجانے سے پیدا ہوتے ہین یعنی اس طرف کے مادہ فاسد کو نکلنے مین بہت مشکل پڑتی ہے +

[2] یعنی ابتدائے علاج مین ہاضمہ نے آثار بہتری ظاہر نہ کئے تھے۔ ۱۲

ایک دوسرا واقعہ جو کہ اب مین پیش کرونگا ہی کی برابر تعلیم بخش ہے +
ایک جنٹلمین عمر ۴۲ سال کئی سال سے بلا کچھ بھی آرام پائے ہوئے حرام مغز کے زایل ہونے
کی بیماری مین مبتلا تھا + مادہ فاسد کا بار اوسمین بہت زیادہ تھا اور وہ بہت دقت سے
صرف چل سکتا تھا + اکثر اوقات اوسکو درد کمر (لمبیگو) اور دیگر سوئی کے موافق چبھنے
والے دردون کے حملے ہوا کرتے تھے + اسکو کافی نیند نہین آتی تھی۔ اکثر کئی کئی دن تک
برابر ذرا بھی آرام نہ ملتا۔ ہاضمہ غیر معمولی تھا اور عام حالت خراب تھی۔ شروع مہینون کے
ہی علاج کا اثر عمدہ ہوا۔ **بے خوابی** کو شفا ہو گئی اور مختلف قسم کے درد بھی اسی طور سے
جاتے رہے + ہاضمہ نے بھی ترقی کی۔ حالانکہ ٹانگین اب بھی بہت کمزور تھین + اس وجہ سے
مریض کو شفا کی امید کم تھی + بے خوابی اور دردون کو وہ خاص قسم کی خرابیان بالذات ہی
سمجھتا تھا۔ اور ہمیشہ اسی راے پر قایم رہا کہ اونکا کوئی تعلق اوس کے مرض حرام مغز سے
نہین ہے + چونکہ اس شخص نے میرے قواعد متعلق غذا کی پابندی کرنا بہت ہی مشکل جانا۔
اوس نے دس ماہ کے بعد علاج ترک کر دیا + اوسکی حالت جلد ہی زیادہ خراب ہو اور
بالکل مایوسی کی ہو گئی +

اس مریض کو اس بات کے تئین ایک بڑی کامیابی خیال کرنا چاہیے تھا کہ اوسکی
بیماری دوران علاج مین یہی نہین کہ بدتر نہوئی ہو بلکہ اوسکے ساتھ کی تکلیف دہ علامات
ایسی جلد جاتی رہین + صبر کے ساتھ دیگر تکالیف بھی رفتہ رفتہ رفع ہو گئین ہوتین +
ایک اور واقعہ حرام مغز کے زایل ہونیکے متعلق دیکھو حصہ چہارم (رپورٹ ہاے شفایابی) مین +

مثون کی تکالیف ۔ مثون کی تکالیف عموماً مرض حرام مغز اور اوسکے متعلق
پشت مین زیادہ مادہ فاسد ہونے کی وجہ سے ہوا کرتی ہین + وے مرض کی ایک پرانی حالت

کی طرف اشارہ کرتی ہین - جسکا سبب کہ مثل دیگر تمام امراض کے - پیڑو کا بہت زیادہ
سوزش لئے ہوئے ہوتا ہے - معمولاً ہاضمہ اس قسم کے مریضون کا بھی بے قاعدہ ہوا کرتا ہے
پیڑو کے اندر رسولیون کا بن جانا - جو کہ لازمی علامت بہت زیادہ مادہ فاسد کے
موجود ہونے کی ہے - اس امر کا ایک ثبوت ہو کہ قوت زندگی اور شفا ہونے کی قوت
جسمانی بہت ہی کم درجہ کی ہو گئی ہے +

اسکو بھی مین ایک نظیر کے ذریعہ سے سمجھاؤنگا جو کہ اپنے مطب سے مینے لی ہے +
ایک نوجوان آدمی ۲۷ سال کی عمر کا جو ایام طفولیت سے خرابی ہاضمہ مین مبتلا رہا تھا
مجھسے صلاح لینے کو آیا + اوسنے مجھسے بیان کیا کہ عمر کے گیارہوین سال سے اوسکو بواسیر
کے مسون کی اور آنتون سے خون نکلنے کی تکلیف ہو گئی تھی جسنے اوس کو بہت دکھ دیا تھا
پندرہوین سال عمر مین بواسیر اور بواسیر کے مسّے درجہ بدرجہ جاتے رہے - مگر جیسا کہ
اوسنے پھر بیان کیا - بہت ہی شدت کے درد ہاے سر مین جنپر کہ کسی علاج کا اثر نہوا -
مبتلا ہو گیا - آخرش اوسکے سر کے پیچھے کی جانب سخت رسولیان قد مین ہیزل نٹ[۱] کے
موافق دکھلائی دینے لگین اور چھونے سے معلوم ہو سکتی تھین + اوسکے ساتھ ہی اوسکا
سارا سر شکل مین تبدیل ہونے لگا اور قد مین بڑھنے لگا - مناسبت درمیان سر اور
جسم کے صاف طور سے تغیر ہونے لگی + ہر شخص کو جسنے کہ اس نوعمر لڑکے کو دیکھا تھا یہ صاف
معلوم ہوتا تھا کہ سر مین کچھ مادہ جو کہ وہان نہین رہنا چاہیے اور جو کہ پیشتر سے اوسمین
نہین تھا ضرور موجود ہے + لیکن کسی کو خیال نہ تھا کہ جسم کے اندر بواسیر کے مسّون کا گچھا اب
زیادہ سخت اور زیادہ دبی ہوئی شکل مین ہو کر سر مین چلا گیا تھا - اور ٹیبلورسل کی رسولیون کے

[۱] ہیزل نٹ ایک انگریزی جنگلی پھل ہی جو کہ بیضہ کبوتر کی قد کے برابر ہوتا ہے +

ظاہر ہوا + ہر شخص جو کہ میرے سائنس آف فیشل ایکسپریشن سے واقف ہے اوسکی سمجھ مین یہ علامات قدرتاً آسانی سے آوینگے + شدت کے درد ہاے سر ہی کافی ثبوت عمیق سبب کی موجودگی کا تھے + بدقسمتی سے یہ کسی نے نہ جانا + اپنے نوعمر بیٹے مین بیچاری مان نے وہی ہیبت ناک مرض دیکھا جسے کہ اوسکے باپ کو ۳۵ سال کی عمر مین اوٹھالیا تھا[1] کئی طرح کے طریق علاج نے جنکی آزمایش کی گئی مرض کو کچھ بھی فائدہ نہ بخشا۔ اور وہ نوجوان شخص بوجہ درد ہاے سر کے آخرش کام کرنے کے قابل نہ رہا۔ اور اکثر بیہوشی کے دورے اوسکو پڑنے لگے + ایسی لاچاری کی حالت مین اوسکی مان اوسکو میرے پاس لائی + چونکہ اجتماع مادہ فاسد پشت کی جانب تھا سوزش دماغ کے ہوجانے کا ہر روز احتمال تھا + میرے نسخے یہ تھے۔ تجویزہ پرہیزی غذا۔ ٹھنڈک پہونچانے والے فریکشن باتھ۔ اور بہت ہی محنت + اور ان پر عمل کامیابی کے ساتھ کیا گیا + پہلے ہی ہفتہ مین درد ہاے سر دور ہوگئے + سل کی گٹھریان جو سر مین اوسکے منتشر ہونے کے دوران مین ہی درد تھوڑے عرصہ کے لئے پھر ہونے لگتے تھے۔ ہاضمہ اور بھوک قابل اطمینان طریقہ مین ترقی کرنے لگی + علاج کے دوسرے مہینے کے خاتمہ کے قریب ان رسولیون مین جو کہ سر پر معلوم ہوتی تھین ایک قسم کی کمی معلوم ہونے لگی۔ سر کے اندر کی رسولیان بھی ساتھ ہی ساتھ کم ہوئین اور سر بمقابلہ پہلے کے چھوٹا معلوم ہونے لگا + دیگر دو مہینون مین رسولیان اور بھی کم ہوگئین۔ اور نصف سال مین اونکا کوئی نشان بھی نہ رہا +

ظاہرا بجانب خرابی ایک تبدیلی دفعتاً واقع ہوئی + جیسا کہ اوسکی مان کا بیان ہے اوسکے بیٹے کی طبیعت ایک دن قبل سے خراب تھی۔ مسون کی تکلیف جو برسون قبض جاتی رہی تھی

[1] یعنی اسے دنیا سے اوٹھا لیا تھا +

اب پھر ویسی ہی بری حالت میں ظاہر ہوئی + بیقرار والدہ کو مینے سمجھایا کہ یہ لابدی ہے + علاج کے اس اثر کی وجہ سے جو کہ بیماری کو جڑ سے نکال لینے کا آسمین ہے - سر کے اندر کی سل کی گلٹیاں اس جگہ سے جسم میں لائی گئیں اور پھر انھون نے مسوں کے ایک گچھے کی شکل اختیار کرلی - اور یہ درحقیقت گلٹیون کے سر میں ظاہر ہونے کا سبب تھا + اس شفا کرنے والے نازک وقت کے آنے سے اوسکے لڑکے کے دماغ کا زائل ہونا رو بہ صحت ہوگیا تھا اور اسی طرح سے اب یہ ضروری تھا کہ مسون کی شکایت سے اسکو آزاد کیا جائے - جو کہ دماغ[1] کے زائل ہونیکے مرض کی ایک شروع کی منزل تھی + اس تشریح نے اس عورت کے شکوک رفع کردئے اور علاج بہت کامیابی کے ساتھ جاری رکھا گیا + ایک سال کے بعد بواسیر کے مسے بھی پورے طور سے جاتے رہے اور وہ نوجوان آدمی پھر تندرست ہوگیا - اور زیادہ کیفیتیں شفا یابیون کی حصہ چہارم میں دستیاب ہونگی +

[1] یعنی مسے بواسیر کے جنکی وجہ سے کہ انجام کار دماغ زائل ہونا شروع ہوگیا تھا +

مرگی کے دورے۔ اگورے فوبیا

وہ بیخبری سے آنے والی سخت شکایت جو کہ جسم انسانی پر حملہ کرتی ہے۔ وہ بیماری کے
غلبے جو عموماً مرگی کے نام سے جانے گئے ہین اور جو کہ جسم پر قبضہ کر لیتے ہین۔ یہ کیا تو ان
امراض کے ہی محض انجام ہین جو کہ مسلسل طور پر ہو چکے ہین اور دبا دیے گئے ہین یا اُن موروثی
خرابیون کے نتائج ہین جن کا بسا اوقات باپ کی نوجوانی کی بیوقوفیون سے سلسلہ
ملتا ہے + حالت آخرالذکر مین ادویات کے ذریعے آلۂ تناسل کے مرض کے علاج نے مادہ فاسد
کو جسم مین پھر واپس داخل کر دیا ہے۔ نتیجہ یہ کہ ایسے مرض کا مادہ والدین کے جسم مین اکھٹا
ہو گیا (دیکھو صفحہ ۲۶۷ و ۲۶۸) اس مادّہ کا بچہ کے جسم مین منتقل ہو جانا اُس مرض کی
بنیاد ہے جس کو ہم دورے[1] کہتے ہین +

اپنے دوران مطب مین مینے بیشمار مریضان مرگی کا تعجب انگیز کامیابی کے ساتھ علاج
کیا ہے + مینے اکثر دیکھا ہے کہ بے خبری لانیوالی مرگی کے دورے اُس جوش کھائے ہوئے
مادہ فاسد کے جو کہ معدہ مین بڑھ گیا ہے اتفاقیہ اوبال سے کچھ زیادہ[2] نہین ہین + بہت سی
حالتون مین یہ جوش کے اُبال ٹانگون مین جاتے ہین۔ صرف اوسکے بعد اوپر کو زور کرتے ہین +
دفعتاً جوش آنے سے بہت لوگ گویا کہ گرنے کے قبل اکثر چکّر کھاتے ہین۔ اور

---

[1] یعنی مرگی کے دورے + [2] یعنی یہ دورے کیا ہین گویا اُس مادہ فاسد کے جو کہ معدے مین جمع ہو گیا ہے اور جوش مین آ رہا ہے اتفاقیہ اُبال ہین۔ کچھہ کم و بیش اس سے نہین ہین + ۱۲

پھر بہت سخت ہولجاتے ہین کہ سر کی طرف جوش اوٹھتا ہے بیہوش ہوجاتے ہین اور زمین پر گر پڑتے ہین +

جسم کے اندر کی ان کارروائیون کو کوہ آتش فشان کے پھٹنے سے مشابہت دیکھنا ہوتا جسمین کہ پھیلتی ہوئی ہوائین اور مادے جو زمین کے اندر جمع ہوگئے ہین دفعتاً نکلنے لگتے ہین + بعد پہاڑ کے پھوٹ نکلنے کے کچھ عرصہ تک خاموشی قایم رہتی ہے جب تک کہ بوجہ کارروائی کمبسچن[1] ڈی کمپوزیشن[2] اور ریفارمیشن[3] کے اندرون زمین نیا زور نہ پیدا ہو + مرگی کے دورون کی بھی کارروائی ایسی ہی ہوتی ہے۔ پیٹ کے اندر مادہ فاسد جمع ہوجاتا ہے اور متواتر گو کہ آہستگی کے ساتھ جوش کھاتا ہے اور ساتھ ہی ہوائین اور تناؤ بڑھتا جاتا ہے چونکہ مادہ فاسد کے جمع ہونے کا مقام محدود ہے اسی لئے بوجہ متواتر جوش کے تناؤ بھی متواتر بڑھتا جاتا ہے + آخرکار ایک قسم کا چڑھاؤ ہوتا ہے جس سے کہ دورے پڑتے ہین اور بوجہ دماغ پر دباؤ ہونے کے دماغ کے افعال بند ہوجاتے ہین + جبکہ جوش اور اوسکے ساتھ کے دباؤ جاتے رہتے ہین تو ہوش واپس آجاتا ہے۔ اگرچہ کل جسم ایسے صدمے کے بعد کم و بیش نڈھال ہوجاتا ہے +

یہ بہت افسوس کی بات ہے کہ پیشہ طبابت مرگی کے شفا کرنے مین ناقابل ہے اور اس سے بھی زیادہ یون افسوس ہوتا ہے کہ آجتک اسکی ماہیت کو بھی نہین جانتا + بہت کرکے یہ

---

[1] یہ لفظ انگریزی ہے کسی شئے کے جلنے کی مثل کارروائی کو کہتے ہین خواہ یہ کارروائی آتش کے ذریعہ سے ہو یا کسی اور طریقے مین حرارت کے بڑھنے سے ہو + ۱۲

[2] یہ بھی انگریزی لفظ ہے کسی شئے کے اجزا کو علیحدہ علیحدہ ہونے کی کارروائی کو کہتے ہین مثلاً جب کوئی شئے سڑتی ہے تو اوسکے اصلی اجزا علیحدہ علیحدہ ہوجاتے ہین + ۱۲

[3] یہ بھی انگریزی لفظ ہے علیحدہ شدہ اجزا سے اونکے آپس مین ملکر پھر کسی شئے کا بنجانا انگریزی مین ریفارمیشن کہلاتا ہے +

اس مریض کو ایک اعصابی خرابی سمجھتا ہے۔ اور یہ خیال نہیں کرتا کہ یہ تمام ان کے خیال میں لا علاج اور بعید الفہم خرابیاں خصوصاً اس ہی کا کام ہیں یعنی غلط راہ چلنے والے علم کا ثمرہ ہے اور غلط مشورہ تندرستی کی حفاظت کی نسبت اور استعمال مضر ادویات مثلاً پوٹاسیم بروما ئیڈ وغیرہ کا پھل ہے +

بہ لحاظ مریض میں مادہ فاسد کی موجودگی کے طریقہ شفا مرگی میں بہت مختلف ہوتا ہے + بعض شخصوں کی حالت میں علاج شروع کرنے کے بعد دورے بہت کم ہونے لگتے ہیں بعضوں کی حالت میں وے اولاً جلد جلد ہوتے ہیں + بوجہ اُن تبدیلیوں کے جو کہ جسم میں ہوتی رہتی ہیں یہ عارضی علامات بہت زیادہ واقع ہوتی ہیں۔ مگر جوں جوں کہ مادہ فاسد خارج ہوجاتا ہے وے رفتہ رفتہ یا دفعتاً غائب ہوجاتی ہیں + وے دمبدم کمزور ہوجاتی ہیں۔ یہانتک کہ محض غشی یا دورانِ سر یعنی گھومنی ہونے لگتی ہے جو کہ علاج کے جاری رکھنے پر بالکل غائب ہوجاتی ہیں + پس مریضوں کو مشورہ دینے میں یہ بہتر ہے کہ اونکی توجہ اُس طریقے پر جو شفا غالباً اختیار کرے گی دلادی جاوے۔ اور یہاں پر پھر میرا سائنس آف فیشل ایکسپریشن بہت عمدہ وسیلہ اُن نازک اوقات کو قبل سے دریافت کر لینے کا ہے جو کہ خاص کر مواد کے بہت زیادہ موجود ہونے کی حالت میں روکے نہیں جاسکتے +

پس ہم یہ بات معلوم کرتے ہیں کہ مرگی کے شفا ہونے کا انحصار مریض کے اندر مادہ فاسد کے موجود ہونے کی حالت پر ہے + قریب قریب سب حالتوں پر میرے طریقہ علاج سے شفا بخشی بعض حالتیں وقت طلب یا لا علاج اُس وقت رہی ہوں جس وقت میں کہ مریض کی حالت مزمن ہوگئی ہو۔ اور جب کہ جسم کو۔ خصوصاً معدہ کو۔ بوجہ مروجہ ادویات مثلاً بروائین

ملہ مراد ہے عارضی علامات سے + ۱۲

بہت ہی سخت نقصان پہونچا دیا گیا ہے + ایسے مریضون مین سلسلہ ہاے اعصاب اور دماغ مین ایسی بہت زیادہ خرابی آجاتی ہے کہ مادہ فاسد کو وہ واپس لاسکنے کے قابل نہین رہتے + میرے دارالشفا مین چند بیمار ایسے سخت رہے ہین کہ جن کو میرے طریقہ پر بہت ہی ہوشیاری سے برسون تک علاج کرنا پڑا قبل اسکے کہ دورے بند ہوئے + دردون کے بند ہونے سے یہ خیال کرلینا نہین چاہیئے کہ ان سے ہمیشہ یہ امر ظاہر ہوتا ہے کہ مریض کا مادہ فاسد دُور ہوگیا + اسکے بالکل دُور کرنے کے لئے اکثر اور بھی وقت کی ضرورت ہوتی ہے +

نیشنل میڈیکل کمیشن کی رپورٹ بابت ۱۸۹۵ء کے مطابق ملک سیکسنی مین تعداد ایسے مدرسہ جانے والے بچون کی جنکو مرگی کا عارضہ تھا آخر سال مین ۹۵ء تھی یا ۱۳۰۶ ہر دس ہزار بچون مین + پس مصیبت زدہ انسانون کی بہتری کے لئے اس بات کی زیادہ آرزو ہے کہ اس **نئے علم علاج** کے مطابق کامیابی کے ساتھ معالجات کا اعلان اُن لوگون مین اور زیادہ ہوجاے جو کہ باوقعت معزز اور سند یافتہ ہین +

مین اس موقعہ پر بھی ایک علاج کا جو کہ مینے کیا تھا اس مضمون کو عمدہ طور سے سمجھانے کے لئے ذکر کرنے سے باز نہین رہ سکتا +

ایک ۱۹ سال عمر کی لڑکی چھ سال تک مرگی کے عارضہ مین مبتلا تھی۔ ہر ہفتہ مین اسکو کم سے کم دو حملے اس مرض کے ہوتے تھے + اسکا ہاضمہ بے حد خراب تھا۔ اور اُس کو حیض بھی بالکل بے قاعدہ ہوتے تھے + سن بلوغ کو پہونچنے کے بعد اُس کو ایک مرتبہ بھی مناسب طور سے اجراے حیض نہین ہوا تھا۔ کبھی تو بالکل حیض نہین ہوتے تھے اور کبھی بار بار ہوتے تھے +

اپنے سائنس آف فیشیل ایکسپریشن کے ذریعے سے مجھے معلوم ہوا کہ وہ کلوروٹک[1] تھی اور طبیعت مائل بطرف سل تھی + اُسکا سر اوسط سے زیادہ بڑا تھا + حالت مادہ فاسد کی موجودگی کی اچھی تھی پس مین اُس کو کامیابی کی اچھی امید ہونے کا یقین دلاسکا + تاکہ اوسکو طریقہ شفا کے سمجھنے مین غلطی نہو مینے اُسکی توجہ اس بات پر دلائی کہ ممکن ہی بیماری کے دورے اول دو ہفتون مین بمقابلہ پیشتر کے زیادہ ہووین لیکن رفتہ رفتہ وہ کم ہوجاوینگے اور آخرکار بالکل بند ہوجاوینگے + میرے قدرتی وسایل علاج نے میرا اس معاملہ مین بھی ساتھ دیا + لیکن اسٹیم باتھ سے جیسا کہ اکثر مرگی کے مریضون مین پرہیز کرنا پڑتا ہے پرہیز کیا گیا + تین ہفتہ مین مریضہ کل دورون سے آزاد ہوگئی +

شفا نے بالکل وہی راستہ اختیار کیا جو کہ مینے پیشتر سے جان لیا تھا + اول دو تین دن مین دو تین یا اُس سے بھی زیادہ دورے ہوئے + بعد سولہ روز کے یہ دورے حالت دردسری اور بیہوشی مین تبدیل ہوگئے اور آخرش بالکل بند ہوگئے + محض بباعث اسکے کہ مریضہ کے ہاضمہ نے خوش قسمتی سے تعجب انگیز تیزی کے ساتھ ترقی کی۔ اور اُسکا اجراے حیض جلد ٹھیک ہوگیا۔ اسقدر جلد کامیابی کا ہونا ممکن ہوا تھا + بہت سی حالتون مین اسقدر جلد شفا نہین ہوسکتی + جلدی شفا کا باعث اس موقع پر مریضہ مین مادہ فاسد کی موجودگی عمدہ جگہ ہی کہی جاسکتی ہے + دیگر مرگی کے مریضون نے جنکا مینے علاج کیا ہے اس سے دوگنا۔ سہ گنا۔ بلکہ اور زیادہ وقت آرام ہونے مین لیا ہے (دیکھو رپورٹ ہاے شفایابی حصہ ۴)

اگوریفوبیا وہ حالت ہے جسمین لوگ مبتلا ہوکر کسی چوڑی اور کشادہ جگہ سے نہین گزر سکتے + یہ مرض بھی مادہ فاسد کے جسم مین موجود ہونے سے پیدا ہوتا ہے +

---

[1] یعنی مائل بہ مرض کلوروسس +

اندرونی تناؤ جسم کا اس امر کے لایق ہونے سے کہ بیرونی ہوا کے دباؤ[1] پر کافی اور سکے برعکس دباؤ ڈال سکے یہ حالت واقع ہوتی ہے + یا یہ وجہ ہو کہ بعض اندرونی اعضا پر یہ بہت زیادہ دباؤ ڈالتا ہے + جتنی کہ زیادہ ہلکی اور زیادہ صاف ہوا ہو گی اوتنی ہی زیادہ تکلیف ایسے شخصون[2] کو معلوم ہو گی + میرے زیر علاج ایسے مریض رہ چکے ہین جو کہ صرف مکانات کے قریب قریب ہی بلا گرے ہوئے چل پھر سکتے تھے + اسکی وجہ یہ ہے کہ وہان[3] ہوا بمقابلہ وسط کلیا رہ کے زیادہ بھاری ہوتی ہے اور اگرچہ فرق بہت تھوڑا ہوتا ہے لیکن تو بھی مریض کے معلوم کر لینے کے لئے کافی ہوتا ہے + بہان کہین کہ ہوا زیادہ ہلکی اور زیادہ صاف ہوتی جاتی ہے مریضون کو بے چینی اور تکلیف از حد معلوم ہوتی ہے + اندرونی دباؤ اون کو تمام سہارے[4] سے محروم کر دیتا ہے +

یہ خرابی مثل سل اور سرطان کے ہمیشہ دیگر پیشتر کی لاحق شدہ بیماریون کی آخری حالت ہے - خواہ بیزاہ راست ظاہر ہو یا برعکس اسکے وراثتاً پہونچکر + آیا کوئی مریض صحت پاوے گا یا نہین - اسکا انحصار کلیتہً اوسکی حالت اور موجودگی مادہ فاسد پر ہوتا ہے + بہرکیف مرض کا جڑ سے آرام ہونا صرف میرے ہی علاج سے ہو سکتا ہے جو کہ سبب کو دور کر دیتا ہے + یہ سچ ہے کہ شفا ہونے مین اکثر بہت عرصہ درکار ہوتا ہے +

---

[1] یعنی جو کہ جسم پر بیرونی ہوا کا دباؤ پڑتا ہے +

[2] یعنی اس مرض مین مبتلا شخصون کو + [3] یعنی مکانات کے قریب مین +

[4] یعنی اندرونی دباؤ اسقدر بڑھ جاتا ہے کہ باہر کی ہوا کا دباؤ انکے گرنے کو روک نہین سکتا اور باہر کی ہوا کے دباؤ کا سہارا بالکل جاتا رہتا ہے + ۱۲

ایمنیا یعنی کمی خون - یعنی تعدیم الدم - کلوروسس[۱]

ہر درجہ کی سوسائٹی سے آجکل ہم کمی خون اور کلوروسس کی شکایت سنتے ہیں + نہ تو غربا - نہ امرا - اور نہ جوان - اور نہ بوڑھے ان شکایات سے بچے ہوئے ہیں - اگرچہ جنگ گاہ[۲] میں پورا ایک لشکر کا لشکر ادویات کا موجود ہے + یہ اونچے درجہ ہی کے لوگ ہیں جو کہ بہت زیادہ ڈاکٹری امداد پاکر ان ادویات کا بہت زیادہ استعمال کرتے ہیں - خصوصًا اُس شکل میں جو کہ بہت غذائیت پہونچانے والی غذا کھلاتی ہے - مثلاً انڈے - گوشت شوربہ - شراب - اور بیر وغیرہ وغیرہ -

نئے زمانہ کا علم ڈاکٹری اُس بڑی ترقی کا زعم کرتا ہے جو کہ اوسنے حاصل کی ہے - علم کیمیا گری و علم موجودات - ہر اشیاے خوردنی میں پرورش کرنے کی قوت کے ٹھیک ٹھیک جان لینے اور جسم انسانی پر اونکا اثر دریافت کرنے کا دعوی کرتے ہیں + تاہم باوجود علمی آگاہی کے یہ خرابیاں[۳] ذرا بھی کم نہیں ہوتی ہیں - بلکہ دمبدم زیادہ پھیلتی جاتی ہیں + اونسے کمزوری ضعف - اور گھبراہٹ پیدا ہوتی ہے اور خواہش نفسانی اعتدال سے زیادہ ہو جاتی ہے +

[۱] یہ بھی ایک قسم کی کمی خون ہے جو کہ عورات کو حیض کے فتور سے ۱۵ سے ۲۵ برس کی عمر میں ہوتی ہے جسلد کا رنگ سبز یا زرد سبزی مایل ہو جاتا ہے +

[۲] یعنی بیماریوں سے لڑنے کے لئے ادویات کا لشکر امراض کی جنگ گاہ میں موجود ہے +

[۳] یہ خصوصًا وہ بیماریاں ہیں جنکا اس باب میں ذکر ہے + ۱۲

دے والدہ مین مناسب مقدار دودہ کا اوترنا بند کرتی ہین - اورقصہ کوتاہ - لوگون کو
جسمانی اور دماغی طور سے ناقابل بناتی ہین - ناقابل کام کرنے مین اور بات سوچنے مین +
دونے ضرورت سے زیادہ تنگ حواسی - تکان - اور پاؤن مین بھاری پن اور پٹھون مین
درد پیدا کرتی ہین + بھوک بھی جاتی رہتی ہے اور انتڑیان ٹھیک طور سے کام نہین کرتین +
ان امراض کے بارے مین پیشہ ڈاکٹری کونسی جگہ اختیار کرتا ہے + کیمیا گری کے ذریعہ اشیاء
کے اجزا علیحدہ علیحدہ کرنے کے علم کی تقویت رکھ کر ڈاکٹر لوگ گوشت کے مقطرون کا استعمال
بتلاتے ہین جنہین کہا جاتا ہے کہ وہ تمام اجزا شامل ہین جو جسم کے بنانے اور قایم رکھنے کے لئے
ضروری ہین + وے ایک اچھی مقدار غذا کی کھانا بتلاتے ہین - وے گولیان - پڑیان گنتین
اور فولاد کو اوسکی مختلف شکلون مین - نسخون مین تجویز کرتے ہین + اور اس علاج کا نتیجہ کیا ہوتا ہے
عموماً ٹھیک برعکس اسکے جوکہ مطلوب ہے[1] + خون اور بھی کم ہوجاتا ہے - مریض زیادہ
کلوروٹک[2] ہوجاتا ہے - اور دوسری تکالیف اوسکے ساتھ اور پیدا ہوجاتی ہین - خاص
سبب جسکا کہ خلاف قدرت علاج بادویات ہے + اگرچہ یہ تعجب انگیز معلوم ہو مگر یہ آج
کے دن ایک امر واقعی ہے کہ ہم نوزائیدہ بچون کو بھی بیماری کی خون مین مبتلا دیکھتے ہین +

ان باتون کے دیکھنے سے ہم اس نتیجہ کو پہونچتے ہین کہ موجودہ زمانہ کا علاج اور غذا
ان امراض کے لئے ٹھیک[3] نہین ہین + یہ بھی تسلیم کرلینا ہوگا کہ کیمسٹری غلطیون کے
روکنے کے قابل نہین ہے جبکہ یہ زندہ جسم کے اندر کی کارروائیون مین دست اندازی کرتی ہے +

---

[1] یعنی بالکل اوسکے برعکس نتیجہ نکلتا ہے جوکہ چاہتے تھے کہ نکلے +

[2] یعنی کلوروسس زیادہ دیکھنے سے معلوم ہوتی ہے +

[3] یعنی صحیح علاج اور صحیح غذا نہین ہوسکتی ہین + ۱۲

ہمارے تجربہ کی رُو سے جملہ قسم کے مصنوعی مقطرات اور مصنوعی طیار کی ہوئی اشیاء
جو مریض کے کھلانے میں استعمال کیجاتی ہیں۔ بہت ہی مشکل سے ہضم ہوتی ہیں اور درحقیقت
اکثر بالکل ہضم نہیں ہوتیں + قدرتی حالت میں وہ کھانے جو پکانے اور مصالحہ جات کے ذریعہ سے
تبدیل نہیں کئے گئے ہیں ہمیشہ سب سے جلد ہضم ہوجاتے ہیں +

میرا نیو سائینس آف ہیلنگ یعنی نیا علم شفا بخشی ایک بالکل مختلف علاج ان امراض کا
بتلاتا ہے + ظاہری علامات اینیمیا اور کلوروسس کی ہمکو اونکی ماہیت کا کچھ بھی صاف
حال نہیں بتلاتی ہیں + ہم اس امر کو جانتے ہیں کہ تندرست جلد کا رنگ کبھی زرد مثل کمی خون
کے مریض کی رنگت کے نہیں ہوتا ہے۔ نہ وہ کبھی بہت زیادہ سُرخ۔ زرد۔ یا بھوری ہوتی ہے
بلکہ ہمیشہ نم اور گرم رہتی ہے + تندرست خون رنگ میں کھلا ہوا سُرخ اور پتلا ہوتا ہے۔
خون جسمیں کہ مادہ فاسد بھرا ہے برخلاف اوسکے زیادہ کالا۔ قریب قریب سیاہ۔ گاڑہا
اور بنسبت جما ہوا ہوتا ہے + مزید برآن جبکہ مادہ فاسد بہت زیادہ موجود ہوتا ہے تو خون کی
رگیں قدرے پھیل جاتی ہیں اور زیادہ سے زیادہ مقدار خون کی بھرنے کے لیے پھیلے بیجاتے
ہیں۔ یہ پھیلاؤ بوجہ متواتر تناؤ اور اندرونی دباؤ کے جو مادہ فاسد کی موجودگی کی حالتیں
ساتھ ہی ساتھ ہوا کرتا ہے۔ رفتہ رفتہ ہوا کرتا ہے + پس تمام اشخاص کی جو کلوروسس
اور اینیمیا میں مُبتلا رہتے ہیں ہم سوائے زرد رنگ کی جلد کے سیاہ رگیں بھی بہت
نمایاں پاتے ہیں + تندرست نسیں جن میں کہ تندرست اور آسانی سے
بہنے والا خون بھرا ہوتا ہے جلد میں سے تھوڑی سی ہی چمکتی ہیں + اور
بہر نمط وہ نیلی رنگت اور تناؤ ظاہر نہیں کرتیں جو کہ مریضان مُبتلائے
مرض کلوروسس کی حالت میں اُن میں ظاہر ہوتا ہے + اور ایسے

مُرجھائی ہوئی اور سُست پائے ہین جو کہ اکثر موم کی سی رنگت کی زرد مائل بہ سبزی ہوتی ہے + پھر کمی خون کے دیگر مریضون مین چہرہ سُرخ اور رنگ تازہ ہوتا ہے۔ لیکن باوجود اسکے کمال ناقابلیت - کمزوری اور کیلوس کا بننا ناکافی ہوتا ہے + بوجہ ظاہری تندرستی کے ڈاکٹر لوگ اس حالت کو "خیالی مرض" کہتے ہین +

اینیمیا اور کلوروسس مین ہمیشہ اندرونی گرمی بہت زیادہ ہوتی ہے اور بیرونی سردی معلوم ہوتی ہے + اور ان امراض کی یہان بھی ہم کو تشریح ملتی ہے[1] جو مثل دیگر جملہ مزمن امراض کے پوشیدہ اندرونی بخار کو بتلاتے ہین +

ناقص ہاضمہ بشمول ناکافی فعل جلد و پھیپھڑون کے یعنی اچھی غذا اور ہوا کی کمی کے - ان امراض کے خاص اسباب ہین + ناقص ہاضمہ کی وجہ سے مادہ فاسد یا غلیظ مادہ کے ٹکڑے جمع ہو جاتے ہین اور زیادہ گرمی اور تناؤ غیر تندرست جسم مین پیدا کرتے ہین + بحالت جوش بشکل ہواوسے تمام جسم مین گزرتے ہین اور خصوصاً جسم کے سرون مین یعنی ٹھیک کھال کے نیچے یا کھال کے اندر - کھال مین باریک خون کی نالیان اِس طور سے رفتہ رفتہ رُک جاتی ہین - خون اُن تک پہونچنے کے قابل نہین رہتا پس وہ گرمی کا احساس نہین ہوتا جو کہ تندرست جلد مین ملتا ہے + جلد برخلاف اسکے زرد اور مُرجھائی ہوئی معلوم ہوتی ہے +

پس یہ ناقص ہاضمہ ہے جسپر کہ اینمیا اور کلوروسس کا الزام دینا چاہیئے + پھیپھڑون کی سُستی مع اسکے نتائج کے ایک دوسرا سبب ہے جو تازہ اور تندرست ہوا کی کمی کے باعث

---

[1] اشارہ ہے طرف اُن امراض سے ۱۲

ہوتی ہے + بدقسمتی سے وہ خوف جو حکیما وگ ٹھنڈ لگ جانے کا دلاتے ہین بہت سے آدمیون کو اپنے کمرون کو مناسب طور سے ہوادار بنانے سے روکتا ہے اور بس یہہ اسکے قابل ہے کہ خراب ہوا کے نقصان رسان اثرون کو اور بھی بہت زیادہ کارگر ثابت کرے + مدرسہ ادویات کے لوگ خوب جانتے ہین کہ یہ پھیپھڑے ہی ہین جو تازہ ہوا سانس لیکر خون کو نیا کرتے رہتے ہین - تاہم بیماری کی حالتون مین بعض کو اونکے کمرے مین ہی محدود رکھنے کی اور اونکو تازہ ہوا لگنے سے ہر طرح بچنے کی ہدایت کرنیکی غلطی کرتے ہین + بلکہ یہ بھی[1] جو کہ علاج بہ ادویات کے طریقون کے نقص کو ایسے صاف طور سے بیان کرتی ہے تشریح طلب ہے +

اور یہ بھی جو کہ مرض کے اصلی سبب کو نہین شناخت کرتی - مادۂ فاسد کو جسم سے نکالنے کی کوشش نہین کرتی - بلکہ مرض کی علامات کو محض دبانے کی کوشش کرتی ہے + یہ ہر بیماری کو ایک حالت مزمن مین تبدیل کردیتی ہے جسکو میرے علم سے عاری واقفیت رکھنے والے نہین جان سکتے - اور اسی کو ”شفا“ بتلایا جاتا ہے + لیکن جیسا کہ ہم معلوم کرینگے یہ شفا محض نمایشی ہی ہے واقعی نہین ہے + بدقسمتی سے اسوقت تک کسی کے قبضہ مین یقینی اور بے خطا طریقہ ان نمایشی شفاؤن کے دریافت کرلینے کا نہین رہا ہے + بہرکیف اب ہمارے پاس سائنس آف فیشل اکسپریشن موجود ہے جو کہ اس طریقہ علاج کے ہر ایک شاگرد کو اس بات کے پہچاننے کے قابل کرتا ہے کہ آیا شفا واقعی ہوئی یا نہین +

جبکہ خلاف قدرت ادویات لمبی خون اور کلوروسس کے آرام کرنے مین استعمال کیجاتی ہین تو معدہ اور بھی زیادہ ناقابل ہضم مادّہ سے بھر دیا جاتا ہے اور حالت زیادہ

[1] یعنی غلطی جسکا ذکر ابھی آیا ہے + ۱۲

خراب کردی جاتی ہے + یہ امراض مادہ فاسد کے جسم سے خارج کردینے سے ہی اچھے کئے جاسکتے ہین لیکن ادویات سے کبھی نہین + ادویات سے جنمین کہ وہ عزیز دوا بھی مرض ایمنیا کی یعنی فولاد شامل ہے - معدہ جلد ایسا کمزور ہوجاتا ہے کہ مریض کو بالکل بھوک بجز بہت مصالحہ دار اور تیز اور ترش غذا کے کھانے کے نہین لگتی + مگر ہمکو یقین ہے کہ اس قسم کے کھانے ایسے ہی اچھے ہین جیسے کہ بالکل غیر ہضم ہونے والے کھانے - اور طبیعت کو صرف رغبت دلادینے کا ہی کام کرتے ہین یہانتک کہ صحیح بھوک لگنی بند ہوجاتی ہے + تب ڈاکٹر ایک بہت ہی بڑی مقوی غذا یعنی پرورش کرنے والی شرابین. گوشت انڈے تجویز کرتے ہین اور مدد کے لئے پہلے سے اور بھی زیادہ تیز ادویات دیتے ہین + اسکے بعد مریض آخرکار یہ دیکھ کر کہ اوسکے طبیب اُس کو کچھ نفع نہین پہونچاتے ناامید ہونے لگتا ہے اور صرف اُس وقت جبکہ بدقسمتی سے وہ ایسی خراب حالت مین ہے - عموماً میرے مشورے کا خواہشمند ہوتا ہے + میرے علاج مین اول ہی ہفتہ معمولاً میرے مریضون کی آنکھین کھول دینے کے لئے کافی ہوتا ہے کہ وہ غلطی مروجہ علاج ڈاکٹری کی دیکھیں اور علاج مین کامیابی کا نتیجہ اونکو آخرش میرے نیو سائینس آف ہیلنگ کا سرگرم پیرو کار بنا دیتا ہے +

جو ہین کہ مادہ فاسد جو کہ مسامات کو بند کئے ہوئے اور دورانِ خون کو رُوکے ہوئے ہے دُور کردیا جاتا ہے + خون پھر جسم کی سطح تک گردش کرنے لگتا ہے جسم مین گرمی پھر لاتا ہے اور اُس کو صحیح رنگ اور نم حالت پر پھر پہونچا دیتا ہے +

آسانی سے ہضم ہونے والی اور غیر محرک غذائین جنکے استعمال کی مین ہدایت کرتا ہون وہ مریضان ایمنیا (کمی خون) اور کلوروسس کے لئے خصوصاً موزون ہین +

مین پھر کہتا ہون کہ تازہ قدرتی ہوا جیسا کہ میدان مین یا ہمارے کمرون مین جبکہ کھڑکیان کھلی ہوئی ہون ملتی ہے۔ مثل پانی کے قدرتی طور سے اُس کیورے ٹیوکرائی جس کو۔ جو کہ نیچر ہمارے جسم مین پیدا کرتی ہے امداد پہونچانے کی قوت رکھتی ہے + بدقسمتی ہے ہمارے حکماے صادق ٹھنڈ کے خطرے سے بچنے کے خیال سے اِن دو اشیاے ضروری یعنی تازہ ہوا اور سرد پانی کے استعمال کو منع کرتے ہین۔ یہ ایک ثبوت اس امر کا ہے کہ وہ کسقدر کم زکام کی ماہیت سے واقف ہین + بغیر عظیم نقصان جسم کو پہونچے ہوے۔ زکام کو پورے طور سے آرام کرنے کے قابل نہو کر وہ سب سے پہلے اس امر کی کوشش کرتے ہین کہ انکے اظہار کو روک دیا جائے۔ اور اس مقصد کے حاصل کرنے مین اُن وسائل کو استعمال مین لاتے ہین جو کہ جسم مین طبیعت کے پلٹا لینے کی قوت کے دبا دینے کے لئے سب سے زیادہ موزون ہین +

مگر ہر شخص کے نزدیک جسنے کہ میری راے متعلق بہ امراض کو پڑہا ہے زکام ایک بالکل ہی بے ضرر علامت ہے۔ درحقیقت یہ کوئی ایسی چیز ہے جسکا آنا مبارک ہونا چاہیئے۔ (مقابلہ کے لئے دیکھو صفحہ ۹۹)+ کسی واقعی تندرست آدمی کو زکام ہو ہی نہین سکتا کیونکہ اوسکے جسم مین کوئی مادّہ فاسد ہے ہی نہین + اور پھر یہ کہ ایک شخص جسمین کہ ایسا مادّہ موجود ہے لیکن وہ قدرتی طریقے مین زندگی بسر کرتا ہے۔ وہ اس بات کو جانتا ہے کہ سرد پانی مع تازہ ہوا اور غیر محرک غذا کے استعمال سے وہ اپنی تندرستی حاصل کرنے کے قابل ہو جاوے گا + وہ اس طریقہ سے ایک قسم کی مضبوطی اور اندرونی جسمانی پاکیزگی ایسی حاصل کرلیوے گا جو کہ اُسکے پاس پیشتر کبھی نہین تھین + وہ اس بات کو بھی جانتا ہے کہ زکام جو کہ خصوصًا حالت گرمی سردی کے دفعتًہ تبدلات سے ہوا کرتے ہین۔ صرف تازہ ہوا سے ہی پیدا ہوتے نہین

جو تازہ ہوا کہ جسم کی قوت زندگی کو اسقدر تقویت پہونچا دینے والی ہوتی ہے کہ اوس کو ایک کیورسے ہیولکرائی سس کے پیدا کرنے کے قابل کرے - جو کہ شکل زکام ظاہر ہوتا ہے + اس کرائی سس کے ذریعہ سے جسم ایک مقدار مادہ فاسد کی خارج کرنیکے لایق ہو جاوے گا + پس ایسا کرائی سس نقصان پہونچانے سے بہت دُور ہو کر جسم کو بہتر تندرستی حاصل کرنے مین امداد پہونچاتا ہے +

اینیمیا اور **کلوروسس** کے بیمارون کا علاج ہر واحد خاص کے موافق ہونا چاہیئے ملایم یا تیز جیسا کہ موقعہ ہو + ایسی صلاح جو کہ ہر مریض کے ٹھیک ٹھیک متعلق ہو جاوے نہین دیجا سکتی + مگر رپورٹ مندرجہ ذیل سے مقدم اصول ہاے عام جانے جا سکتے ہین +

ایک لڑکی ۱۹ ساله او پیتھک علاج مرض **کلوروسس** کا پندرہ برس کی عمر سے کر رہی تھی اوسکے طبیب نے اوّلاً فولاد گولیون کی حالت مین تجویز کیا تھا - پھر عرق کی صورت مین ہمراہ پیپسین اور دیگر ادویات کے + اسکے علاوہ اوسنے مریضہ کو صرف بہت بڑی مقوی غذا گوشت اور شوربہ - ران کا گوشت اور انڈے روزانہ معہ ایک یا دو گلاس شراب ملک ہنگری کی بنی ہوئی کے - استعمال کرنی بتلائی - بجاے چاء اور قہوہ کے اوسنے خوب کڑھے ہوے دُودھ کی سفارش کی + پانی کی نسبت اوسنے کہا کہ شاید اوسمین بہت خطرناک و بائی اثر موجود ہون - پس اوس نے مریضہ کو "قوت بخش شراب بیر" پینے کا مشورہ دیا + اوسکی ہدایات پر مہینون اور برسون تک بہت ایمانداری کے ساتھ عمل کیا گیا - مگر کامیابی نہوئی، اُس لڑکی کی حالت اوّل تو خراب تھی ہی - اس علاج سے اور بھی زیادہ خراب ہو گئی + اوسکا ہاضمہ زیادہ کمزور ہو گیا - باوجود قوت بخش غذا کے وہ درانحالیکہ بھوک سے ہلاک کیجا رہی تھی - دمبدم وہ زیادہ کمزور - زیادہ زرد

لہ یعنی گو وہ غذا کھاتی تھی مگر جسم کو نہ لگتی تھی یعنی جسم غذا کا بھوکا ہی رہتا تھا +

اور دل مین زیادہ غیر مطمئن ہوتی گئی + اُس کو صاف طور سے معلوم ہوا کہ ڈاکٹر کے نسخون نے اوس کو کچھ نفع نہ بخشا۔ تاہم وسنے الزام اوپر نہ رکھا بلکہ اپنے جسم پر اس یقین کے ساتھ کہ وہ پھر تندرستی حاصل کرنے کے ناقابل تھی + وہ قوت بخش غذا جو کہ وہ کھاتی تھی۔ یہ سچ ہے کہ ادسکے جسم سے ہوکر باوجود قبض کے نکل جاتی تھی۔ لیکن اوسنے جسم کے لئے کوئی غذائیت نہ پہونچائی کیونکہ معدہ بالکل کمزور ہوگیا تھا + سن بلوغ سے اسکا حیض کبھی ٹھیک نہوا تھا۔ ہمیشہ بے قاعدہ ہوتا تھا + اس طور سے بعد چار سال اوپتھیاٹ علاج کے اوسکی حالت بالکل ہی خراب تھی + غمگین اور زندگی سے بیزار۔ نقیہ۔ متوہم۔ خیالات خودکشی مین گرفتار۔ بے حد گھبرانے والی۔ دوسرون کے لئے اور خود کے لئے ایک بار۔ یہ بیچاری لڑکی جسکا علاج غلط طور سے ہوا تھا میرے ہاتھون مین آئی۔ مینے فوراً اوسکی غذا تبدیل کر دی۔ بالکل غیر محرک۔ آسانی سے ہضم ہونے والی نباتاتی غذا اوسکو دلائی۔ پینے کے لیے محض صاف پانی۔ اور علاوہ انکے کھلے ہوئے میدان مین زیادہ محنت کرنے کی ہدایت کی + دیگر ہدایتین یہ تھین۔ کھڑکیان کھول کر سونا۔ اور تین فریکشن باتھ روزانہ۔ اور دو اسٹیم باتھ ہر ہفتہ مین لینا۔ ایک ہفتہ کے اندر مریضہ کے دل کا نقشہ بالکل تبدیل ہوگیا + اوسکی زندگی سے بیزاری اور خراب حالت اُلٹ کر زندگی سے خوش اور خرمی کی حالت واقع ہوئی۔ اندر چار مہینے کے ہاضمہ اور حیض دونون ٹھیک ہوگئے تھے اور یہ کہنا چاہئے کہ لڑکی نے از سر نو جنم لیا + اوسکی جلد جسکو پہلے پسینہ نہین لایا جا سکتا تھا اب نم اور گرم جیسا کہ چاہیئے ہوگئی + اور چھ مہینے مین لڑکی نے تعجب انگیز طریقے مین ترقی کی اور ایک سال کے اندر اوس کو شفائے کلّی ہوگئی +

(میرے مطلب ہن سے اور زیادہ متعلقہ حصہ چہارم مین مطالعہ کئے جا سکتے ہین)

امراض چشم و گوش

وسے دونون معلوم کرنے کے ضروری آلے - یعنی آنکھ و کان - سخت امراض کے متحمل ہوا کرتے ہین + عموماً بلکہ قریب قریب ہمیشہ ان امراض کی وجہ وہی قوتین بتلائی جاتی ہین جو کہ براہ راست آلات مذکور پر اثر ڈالتی ہین - یہ معلوم کرنے کی کوشش نہین کی جاتی کہ آیا کوئی اس سے زیادہ عمیق سبب تو نہین ہے + میرا طریق علاج اور تجربہ جو کہ مین نے اوس کے عمل سے حاصل کیا ہے کوئی طریقہ شک کرنے کا نہین دیتے کہ تمام بیماریان آنکھ و کان کی بلا لحاظ اس امر کے کہ کس نام سے وہ پکاری جاتی ہین - اندرونی مرمن خرابیون سے پیدا ہوتی ہین + کیا تو اونکا پتہ ایسی حالتون تک چلتا ہے جہان کہ دبی ہوئی بیماری مثل ڈفتھیریا[1] خسرہ چیچک - اسکارلٹ بخار نے کوئی مرض کا نیا اور اکسانیوالا مادہ چھوڑا ہو - یا وے ٹیکہ لگنے سے پیدا ہوتے ہین + میرا سائینس آف فیشل اکسپریشن[2] اسکی پوری تصدیق کرتا ہے + اسکی مدد سے یہ بات ثابت کی جاسکتی ہے کہ آنکھ یا کان[3] کی ہر ایک

---

[1] اسکے لفظی معنی جلد یا جھلّی کے ہین اور اصطلاح اطبا مین یہ ایک چھوت دار شدید وبائی بیماری ہے جسکو ڈاکٹر لوگ کہتے ہین کہ ایک خاص زہر سے پیدا ہوتی ہے اسمین بعض نہایت نقیہ ہوجاتا ہے - حلق دُکھنے لگتا ہے اور ایک قسم کی کاذب جھلّی اوسمین پیدا ہوجاتی ہے + دیکھو صفحہ ۶۰ کتاب ہذا +

[2] دیکھو صفحہ ۵۶ - [3] یعنی امراض چشم و گوش +

بیماری کے ساتھ ہی ساتھ اوسی کے مطابق جسم مین عام طور سے مادہ فاسد موجود رہتا ہے + مطلب یہ ہے کہ یہ بات دکھلائی جاسکتی ہے کہ جسم مین مادہ فاسد کا ایک ایسا اجتماع ہوتا ہے جو کہ براہ راست اُن امراض سے تعلق رکھتا ہے جو آنکھ و کان مین نمودار ہوتے ہین +

یہ بالکل غیر ممکن ہے کہ ایک شخص جس کو آنکھ یا کان کا مرض ہو وہ اور باتون مین تندرست ہوسکے + مادہ فاسد ضرور ہوگا جو کہ اُن جگھون تک جنمین کہ تکلیف ہے ضرور پہونچا ہوگا۔ قبل اسکے کہ مرض پیدا ہوسکے + ایسی کارروائی برسون پیشتر بامداد سائنس آف فیشیل اکسپریشن جان لیجاسکتی ہے + اول ہمکو امراض گوش پر باحتیاط غور کرنے دیجئے +

جبکہ مادہ فاسد کانون تک پہونچ جاتا ہے تو اول نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ کان کی باریک نالیان رُک جاتی ہین + کان کا پردہ اکثر پھٹ جاتا ہے یا ڈھیلا ہو جاتا ہے اور تھرّانے کے ناقابل ہوجاتا ہے یعنی آواز کی لہرون کو صحیح طور سے پہونچانے کے ناقابل ہوجاتا ہے + اس طریقے مین درمیانی حصہ[1] کان کی سوزش پیدا ہوجاتی ہے۔ جس سے کہ اظہار اجتماع مادہ فاسد کا وہان ہوتا ہے + اس قسم کے اجتماع مین اکثر ایسا وقوع مین آتا رہتا ہے کہ اگر دباؤ مادہ فاسد کا نیچے سے اوپر کو زیادہ ہے تو ایک حالت حاد پیدا ہوجاتی ہے + اندرونی کان سے تب مواد اکثر خارج ہوجاتا ہے۔ چونکہ جوش کھانے والا مادہ فاسد برابر باہر کو نکلتا رہا اس طور سے وہ مشہور مرض **اولوریا یا کان کا بہنا** پیدا ہوا۔ اگر یہ حاد حالت قدرتی طور سے وقت مناسب کے اندر آرام نہوئی تو اور بھی زیادہ بوجھ مادہ فاسد کا ہو جانا اور کثر اوقات عضو سماعت کا ضائع ہوجانا اُسکا انجام ہے + جس قدر زیادہ کہ مرض بذریعہ ادویات علاج کرکے اندر گھسا دیا جاتا ہے اوسی قدر خراب حالت اوسکی ہوتی ہے +

ہر شخص کو جس کسی نے کہ میری پہلی تشریحات کو ذہن مین رکھا ہے یہ صاف ہوگیا ہوگا کہ

[1] کان کے تین حصے کیے گئے ہین۔ اندرونی۔ درمیانی۔ بیرونی + ۱۲

ایک تو کان کا بہنا اور سر میں ٹھنڈ (زکام) اور دوسرے سوزاک اور سفیدی کا ایک ہی مشترکہ سبب ضرور ہے + میں دعویٰ کرتا ہوں کہ یہ تمام مختلف امراض محض مادۂ فاسد سے ہی پیدا ہوتے ہیں - جو کہ جسم میں اکھٹا ایک پوشیدہ حالت میں پڑا ہو کر جوش کی حالت حاد میں تبدیل ہوتا ہے اور پس پیپ یا بلغم[1] وغیرہ بنتا ہے + جوش کی حالت ایک قسم کی سوزش میوکس ممبرین[2] اور جسم کے حصص متعلق میں پیدا کر دیتی ہے - اور یہ سوزش کسی سخت حالت میں کشادہ بہتے ہوئے زخم یا چھوٹے چھوٹے پھوڑے شاید پیدا کر دے + یہ سوزش کی حالت جسم کے اُن اندرونی حصوں میں خاصکر دیکھی جاسکتی ہے جنکا کہ باہر کی ہوا سے کوئی براہ راست سلسلہ نہیں ہے + ہم لوگوں کے لئے یہ بہت ہی ضرورت کی بات ہے کیونکہ یہ یقینی پہچان جسم میں بے حد اندرونی بار ہونے[3] کی ہے - اور علاوہ بریں ایک ثبوت اس امر کا ہے کہ جسمانی قوت زندگی اب بھی مادہ فاسد کو بذریعہ پھوڑے پھوڑے کے باہر نکال دینے کی موجود ہے +

امراض چشم میں بھی حالت ٹھیک ٹھیک ایسی ہی ہوتی ہے + مادۂ فاسد آنکھ کے اندر کی کرسٹلائن لنز یعنی درمیانی رطوبت کو بھر دیتا ہے - اور اس میں خرابی ڈالدیتا ہے اور قوت بصارت کو کمزور کر دیتا ہے یہ ہی مایوپیا[4] یا کم نگاہ کا باعث ہے - دیگر بیماریوں میں مادۂ فاسد اندرونی آنکھ کے پردوں میں چلا جاتا ہے جس سے کہ زرد دھبہ آنکھ کے اندر کا اور اوسکے تعلق کی رگیں ہٹ جاتی ہیں یا ڈھک جاتی ہیں اور مرض جسکو کہ سیاہ موتیا بند (ئمارسس) کہتے ہیں پیدا کرتی ہیں +

---

[1] وہ شے جو کہ زکام کی حالت میں مختلف شکلوں میں ناک اور منہ سے خارج ہوتی ہے +

[2] یعنی لعاب دار جھلی +

[3] یعنی جسم کے اندر مادۂ فاسد کا بار ہونیکی پہچان ہے +

[4] وہ مرض ہے جس میں کہ آنکھ سے قریب کا نظر آتا ہے +

گرے کیٹرکیٹ یعنی بھورا موتیا بند بھی اسی طریقے مین پیدا ہوتا ہے۔ آنکھ کے شفاف آئینہ کے اوپر ایک تاریک پردہ بنجاتا ہے جوکہ دوسری کوئی اور شئے بجز اوس مادہ فاسد کے نہین ہے جوکہ آنکھ کے اندر اور آنکھ کے شفاف آئینہ کے اندر داخل ہوگیا ہے[۱] یہ وہ حالتین ہین جوکہ عموماً صرف مدت کے متواتر اجتماع مادہ فاسد کی وجہ سے ہوتی ہین اور اسی وجہ سے معمولاً زیادہ عمر کے آدمیون مین واقع ہوتی ہین +

سبز موتیا بند (گلاکوما) آنکھ کے ڈھیلے کا بے حد تناؤ۔ آنکھ کے اندر مادہ فاسد کے جوش مین آنے سے ہی صرف پیدا ہوتا ہے + پلی ڈاکٹری کے مدرسہ کے قایم مقامان۔ اس مرض کو مردم چشم کا ایک ٹکڑا کاٹ کر علیحدہ کرکے اچھا کرتے ہین۔ جسمانی قوت زندگی کو اوسکے ضروری شفا دینے کے کام سے ہٹا کر دوسری طرف کو محض پھیر دیتے ہین + وے آنکھ کو عیب دار کر دیتے ہین اور تب بھی اصلی مرض کو اوسی حالت مین چھوڑ دیتے ہین۔ آنکھ کی حالت مین ایک قسم کی تبدیلی بہرکیف اس عمل جراحی سے پیدا کر دیجا سکتی ہے +

جبکہ ہم اس سب کو خیال مین لاتے ہین تو یہ بخوبی روشن ہوجاتا ہے کہ آنکھ پر تمام جرّاحی عمل بے فائدہ ہین جوکہ صرف ظاہری علامات کے دُور کرنے کو کئے جاتے ہین۔ مگر مرض کے سبب کو جڑ سے دُور کرنے کے لئے نہین جسوقت تک کہ نیا اجتماع مادہ فاسد کا نہین ہوتا ہے عمل جراحی مین کامیابی معلوم ہوتی ہے + لیکن جب کبھی مادہ فاسد کی حالت مین یا جگہ مین تبدیلیان واقع ہوتی ہین۔ جس کے ہونے مین کہ مشکل سے خطا ہوگی تو بہ نسبت پیشتر کی یا نئی

---

[۱] مراد ہے اُس حصہ آنکھ سے جوکہ اس قسم سے بنا ہوا ہے جسکے ذریعہ سے کہ بیرونی اشیا کا عکس اندرونی پردہ پر پڑتا ہے اور پس شکل ہر شئے کی نظر آتی ہے + آنکھ کی اس طرح کی بناوٹ سے جیسے کہ فوٹوگرافی کا آئینہ ہوتا ہے اس جگہ مراد ہے۔ انگریزی مین اس آئینہ کو لینس کہتے ہین +

[۲] یعنی کاٹ کر جدا کر دیتے ہین +

علامات مرض کی فی الفور ظاہر ہوتی ہین - اور کامیاب عمل جراحی کے بے سود ہونے کو ظاہر کرتی ہین +

ایجپشن آئی ڈیزیز[۱] یہ مرض جو کہ خصوصاً بچپن مین اب زیادہ ہوتا ہے عموماً اولاد مین وراثتاً پہونچے ہوئے مادہ فاسد کے جوش کے سواے اور کچھ نہین ہے - جو مادہ فاسد کہ کسی اتفاقیہ سبب کی وجہ سے تیز جوش کی حالت مین آکر سوزش مع ورم پیدا کر دیتا ہے - اسکا نتیجہ یہ ہے کہ شفا بھی بہت آہستگی سے ہوتی ہے - بہت زیادہ صبر کی ضرورت ہوتی ہے + ایسی بہت سی حالتون مین میرے طریقہ علاج کو بہت ہی زیادہ کامیابی ہوئی ہے + ذیل کی دلچسپ رپورٹ ہاے شفا تمثیلات کا کام دیوینگی +

ایک چھوٹا لڑکا عمر ۸ سالہ ایجپشن آئی ڈیزیز مین مبتلا ہوا اور اوسکا علاج اٹروپیا[۲] کو آنکھ مین متعدد قطرہ ڈال کر اور چار سال تک مختلف علاج گاہون مین جو بہت کمزور مریضون کے لئے مخصوص تھین اور ریخ کے شفاخانون مین ہوا تھا - مگر کامیابی نہوئی تھی + اطبا نے آخرکار یہ تصفیہ کیا کہ لڑکا مرض **ہائی ڈروسفلس** (دماغ کے اوپر پانی) مین مبتلا تھا اور یہ کہ اب اوسکے لئے کچھ اور زیادہ نہین کر سکتے تھے + اوسکی ماں پس اوسے میرے پاس لائی - بذریعہ اپنے **سائنس آف فیشل اکسپریشن** مینے یقینی جان لیا کہ اوس کا اعتدال سے بڑھا ہوا سر اور آنکھ کے ڈھیلے کی سوزش درحقیقت کسی پیشتر کے نہ آرام شدہ مرض کے نتائج تھے - مین نے اوسکی ماں کے تئین یہ اور بتلایا کہ اس حالت مین

---

۱ اسکو ٹراکوما بھی کہتے ہین - ایک قسم کے روئے آنکھ مین ہو جاتے ہین اونکی رگڑ سے آنکھ مین سوزش اور ورم ہو جاتا ہے - آنکھونکی روشنی اگر علاج مین غفلت کیجاوے تو جاتی بھی رہتی ہے +

۲ ایک زہریلی دوا ہے جوکہ ڈاکٹر لوگ قطرہ قطرہ کرکے آنکھون مین بہت سے امراض مین ڈالتے ہین +

شفا بہت بڑے صبر کے ذریعہ سے ہی حاصل ہو سکے گی کیونکہ مادہ فاسد کا بار کثیر تھا + ہر روز تین سے چار تک ٹھنڈک پہونچانے والے غسل لینے پڑے اور غیر محرک غذا کا استعمال کرنا پڑا - ایک ہفتہ کے ختم ہوتے تک سوزش بہت زیادہ جاتی رہی تھی - اور اب لڑکا اپنی آنکھین کچھ کچھ کھول سکتا تھا جو کہ پیشتر بالکل ہی غیر ممکن تھا + اب ہاضمہ بھی قریب قریب اعتدال پر تھا - اور انتڑیاں خوب صاف تھین + دو ہفتہ کے بعد آنکھون مین روشنی سے کھُجلاہٹ[1] بھی نہین ہوتی تھی + درمیان چوتھے ہفتے کے وہ بچہ اسکارلٹ[2] فیور مین مبتلا ہوا - جسم نے اب اسقدر زیادہ قوت حاصل کر لی تھی کہ وہ اسکارلٹ فیور کے ذریعے سے شفا ہونے کی کارروائی کو جاری رکھ سکے - جو کہ لڑکے کے چوتھے سال مین شروع ہوئی تھی - مگر دبا دی گئی تھی + جبکہ بخار جاتا رہا تو آنکھون کی **سوزش** اور **دماغ کے اوپر کے پانی** کو بھی معلوم ہوا کہ شفا ہو گئی +

ڈبل وژن - یعنی ایک شئے کا دو دکھائی دینا - پیدا ہوتا ہے بوجہ اجتماع مادہ فاسد درمیان آئینہ چشم و زر وحشیہ[؟] کے - یا براہ راست آئینہ چشم یا مردم چشم کے اندر یا ادہ مادہ فاسد کے جمع ہو جانے سے + میرے طریق سے اسکا علاج کرتے ہین یہ اکثر ظہور مین آیا ہے کہ مادہ فاسد کے واپس آنے اور اُن تبدیلیون کی وجہ سے جو اس طور سے جسم مین ہوا کرتی ہین نہ صرف **ڈبل وژن** بلکہ آنکھ کی چند روزہ صاف روشنی بھی نظر کے چند روزہ جزوی یا کلی دھندلاپن سے باری باری[3] سے متبدل ہوتی رہتی ہے +

---

[1] مطلب یہ کہ چکا چوند نہین لگتی ہے + [2] ایک قسم کا بخار ہے اسکو سرخ بخار کہتے ہین + ۱۲

[3] اس فقرہ سے مطلب یہ ہے کہ دوران علاج مین ایسا ہوتا ہے کہ آنکھ کی روشنی چند روز کے لئے بہت صاف ہو جاوے اور چند روز کے لئے تھوڑی یا پوری دھندلی ہو جاوے یعنی کچھ دنون صاف نظر آنے لگے اور پھر دھندلا - اور اسی طرح سے چند روز سلسلہ جاری رہے + ۱۲

اسکون ٹنگ یا بھینگاپن۔ آنکھ کے ڈھیلے کو گھمانے والی رگون مین اجتماع مادہ فاسد کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے + ان رگون مین سے کسی ایک رگ مین مادہ فاسد اکھٹا ہو جاتا ہے یا راستہ مین ٹھہر جاتا ہے پس اس طرح اس کو زیادہ سخت زیادہ تناؤ کا زیادہ موٹا۔ اور اکثر بالکل اسکے کام کرنے کے ناقابل بنا دیتا ہے + اسکا لچکیلا پن جاتا رہتا ہے اور بوجہ تناؤ ہوجانے کے یہ رگ بمقابلہ اُن دوسری رگون کے جو ڈھیلہ آنکھ کے گرد واقع ہین اور جو آنکھ کو پھراتی ہین۔ چھوٹی ہو جاتی ہے + اس طریقہ مین کلُ آنکھ رفتہ رفتہ اس مادہ فاسد کی بھری ہوئی رگ سے ایک طرف کو کھنچ جاتی ہے اور پس اپنی اصلی جگہ کو چھوڑ دیتی ہے + ایسی حالت مین حکماے صادق اس چھوٹی رگ کو کاٹ کر علیحدہ کردیتے ہین اس طرح پھر ثابت کرتے ہین کہ پیشہ طبابت والے ان امراض مین مرض کی اصلی ماہیت کو کسقدر کم سمجھتے ہین + آنکھ کی اس رگ سے مادہ فاسد کو خارج کردینے سے بھینگاپن قدرتی اور مناسب طریقے مین شفا پا سکتا ہے + جیسا کہ خوب معلوم ہے۔ آنکھ کی رگین ایک گچھے کی شکل مین سر کے اندر دوڑتی ہین اور ایک دوسرے کے اوپر کو ہو کر گزرتی ہین۔ پس بائین آنکھ کی رگ سر کے دہنی جانب کو جاتی ہے اور دہنی جانب کی رگ بائین طرف کو + پس ایسا ہو سکتا ہے کہ بائین جانب مادہ فاسد ہونے سے دہنی آنکھ مین بیماری ہوجاوے بوجہ اسکے کہ اوسکی رگ[1] بائین جانب کے مادہ فاسد سے خراب ہوگئی ہے۔ اور علےٰ ہذا اسکے برعکس صورت مین بھی +

مین آنکھ کے متعلق تمام مختلف بیماریون کی تفصیل مین جو کہ زمانہ حال کے ماہرین امراض چشم بہت ہوشیاری کے ساتھ کرتے ہین داخل ہونا نہین چاہتا + ان سب[2] کا ایک ہی سبب ہے یعنی

[1] یعنی آنکھ کی رگ + [2] یعنی اُن سب امراض چشم کا + ۱۲

مقام خاص کا مادۂ فاسد سے کم و بیش بھرجاتا + مگر ایک بات مین کہونگا + قریب قریب
ہرحالتمین مادۂ فاسد کی موجودگی کی کیفیت مختلف ہونے کی وجہ سے یہ نتیجہ نکلتا ہے کہ علامات
بھی مختلف ہونگی + علاوہ اسکے بدین وجہ کہ بنی نوع انسان مین دمبدم مادۂ فاسد بڑھتا جاتا ہے -
نئی بیماریان بھی ہمیشہ پیدا ہوتی جاوینگی + یہ ہی وجہ ہے کہ ڈاکٹر لوگ کبھی انکی ترتیب اقسام سے
فارغ نہین ہوتے - کیونکہ نئے نئے امراض ہمیشہ ظاہر ہوتے جاتے ہین اور واقعی ہر ایک کیلئے
ایک نئے نام کی اور عموماً ایک نئی دوا کی ضرورت ہوتی ہے +

ہمکو مختلف امراض چشم وگوش کی علامات مین فرق ہونے سے کوئی مطلب نہین ہے + ہم جانتے
ہین کہ ان امراض مین سے ہر ایک کے آرام کرنے کیلئے صرف ایک ہی **علاج** ہے
جو کہ سبب کو دور کردیوے گا - یعنی مادۂ فاسد نکال دیوے گا + علاج وہی ہے جو کہ
بار بار کامیاب ثابت ہوا ہے یعنی کل مادۂ فاسد کو اپنے راستہ پر واپس کردینا چاہیئے
اس غرض سے کہ مواد خارج ہونے کے قدرتی اعضا کے ذریعے سے وہ جسم سے نکال
دیا جاوے + اس غرض کے لئے میرے ٹھنڈک پہونچانے والے غسلون اور قدرتی غیر محرک
غذا کا استعمال کرنا چاہیئے + اکثر میرے بھاپ کے مقامی غسل بھی بطریق مذکورہ مندرجہ
صفحہ ۱۴۴ و ۱۴۵ فائدہ کے ساتھ لئے جاسکتے ہین +

میرے طریق علاج سے امراض چشم وگوش کے آرام ہونے کے متعلق یہ بات ہے کہ جہان کہین
کہ یہ[1] آلات ضائع نہین ہوئے ہین تو حادحالتین جنمین کہ سوزش موجود ہے بہت جلدی
اچھی ہوسکتی ہین - اکثر چند دنون ہین ہی + بہر حال درد تو اس عرصہ مین جاتا رہے گا - اور
اوسی کے ساتھ ہی ساتھ دوامی خرابی کا خطرہ بھی - چنانچہ کلی شفا بھی چند دنون یا چند

[1] مراد ہے آلہ بصارت و آلہ سماعت سے ۱۲

ہفتون مین عموماً اسکے بعد ہو جاوے گی + اُن موقعون پر بھی جہانکہ آلات بصارت یا سماعت جزوی ضائع ہو گئے ہین - ایک قسم کی اصلاح (گو کہ شفا نہین) آلات مجروح[1] کی حالت مین ہو سکتی ہے - جو کہ بہر نوع کچھ کارآمدگی کی حالت مین عمر بھر قایم رہ سکین + برخلاف اسکے آنکھ کے اور کان کے امراض مزمن کے شفا کرنے مین جنکے ساتھ کہ عموماً دیگر خرابیان لگی رہتی ہین زیادہ وقت اور بسا اوقات زیادہ صبر درکار ہے + اس قسم کی حالتون کا باعث اُن امراض مین نکلتا ہے جو کہ مریضون کے ایام طفولیت مین دبا دیے گئے ہین + ان امراض مزمن کے آرام ہونے مین بہ لحاظ موجودگی مادہ فاسد مہینون یا برسون کی ضرورت ہو سکتی ہے + یہ اسی طور سے سمجھایا جا سکتا ہے کہ کیونکر ظاہرا بالکل ایک سے دو مریضون مین سے ایک ہی علاج مین ایک مریض کو بمقابلہ دوسرے کے شفا ہونے مین دوگنا یا سہ گنا وقت لگ جاتا ہے + اسکی وجہ کا انحصار محض مادہ فاسد کے فرق پر ہی ہے +

پھر چند وقوعے اپنے مطلب سے لے کر پیش کرتا ہون + دیگر رپورٹ ہاے شفایابی حصہ چہارم مین دستیاب ہونگی -

آنکھ کی بیماری - اوّل واقعہ کا مریض شہر لیپزگ مین ایک کاروباری آدمی کا لڑکا تھا - اور نوین سال کی عمر سے سفلس (آتشک) مین مبتلا رہا تھا + بائین آنکھ پر ہی خاصکر اثر پڑا تھا اور بوجہ سخت سوزش کے اوسکے جاتے رہنے کا اندیشہ تھا + لڑکا مادہ فاسد سے بہت بھرا ہوا تھا جیسا کہ اوسکے معمول سے بڑھے ہوے سر سے ظاہر ہوتا تھا + یہ مادہ فاسد کی زیادتی ہی تھی جس سے کہ سفلس آئی اور اپنی ہمراہی مین آنکھ کی تیز بیماری لائی +

---

[1] مراد ہے نقصان رسیدہ آنکھ و کان سے + ۱۲

شفاخانہ مین بچی ڈاکٹری کے شاگردون نے آنکھ کا علاج بہت سی مقدار اٹروپیا کی (ایک بہت زہریلی دوا ہے جو کہ زہریلے اسٹرمونیم اور اوسی کے زہریلے بیلاڈونا کے عرق سے حاصل ہوتی ہے) ڈال کر کیا تھا - جسکے استعمال کے خلاف مین صدق دلی سے ہر ایک شخص کو متنبہ کرتا ہون - اس سے علاج کرنے مین آنکھ زیادہ خراب ہوگئی - نیا مادہ فاسد باہر سے اس مین پہونچائے جانے سے جو کہ بذاتِ خود آنکھ کے کمزور کرنے کے لئے کافی تھا - اس علاج کا نتیجہ کیا ہوا ؟

چھ ہفتے اٹروپیا سے علاج کرنے کے بعد آنکھ بالکل اندھی ہوگئی + اسکی وجہ سے اوسکا باپ لڑکے کو میرے پاس لایا + مینے آنکھ کا کوئی مقامی علاج نہین کیا لیکن شکم کے اندر کے اُن آلات کو جو کہ رطوبت بدنی کو جدا کرتے ہین بذریعہ اپنے ٹھنڈے غسلون کے متحرک کیا - غیر محرک غذا بھی بیشک ضروری تھی - ایک ہفتہ کے اندر ہی بلاشبہ ترقی معلوم ہونے لگی - اور چھ مہینے کے اندر محض سفلس ہی نہین بلکہ آنکھ کی خرابی بھی بالکل جاتی رہی + کوئی شخص یہ نہین کہہ سکتا تھا کہ لڑکا پہلے کس آنکھ سے اندھا تھا + اوس کی نظر بالکل ٹھیک ہوگئی اور اوسکی عام تندرستی بمقابلہ پیشتر کے بہتر ہوگئی +

بھوری موتیا بند - ایک لیڈی عمر ۶۰ سالہ نے اپنی بائین آنکھ پر بھوری موتیا بند کے لئے عمل جراحی کرایا تھا اور بعد اس عمل کے جو کہ "بہت کامیاب ہوا تھا" اس آنکھ سے بالکل اندھی ہوگئی تھی - دہنی آنکھ کے لئے بھی اوسی عمل جراحی کے کرنے کی تجویز تھی جس وقت کہ پھولا اُس آنکھ کا پک کر عمل جراحی کے لئے طیار ہو جاوے + یہ واقعہ پھر ایک تعجب خیز ثبوت علم ڈاکٹری (میڈیکل سائنس) کی خام حالت - اوسکی غلط تعلیم اور اوسکی غلط تشخیص کا ہے - دوسری آنکھ پر عمل جراحی کا اُس وقت تک ملتوی کرنا جب تک

کہ پھوڑا پک جاوے قابل بچاؤ ہے - گویا اس وقت تک انتظار کرنا ہے جب تک کہ تمام
مکان جل نہ جاوے + آگ کا اول ہی بجھانا جبکہ وہ تھوڑی ہے اور آسانی سے بجھائی جا سکتی ہے
ایک ایسا امر ہے کہ جس کو علم ڈاکٹری (میڈیکل سائنس) نے اسوقت تک نہین سیکھا + کیفیت
اول عمل جراحی کے بعد اس مریضہ کا بھی تمام اعتقاد اس طریقہ علاج سے بالکل اوٹھ گیا تھا
پس وہ میرے پاس علاج کے لئے آئی + اوسکی قوت بینائی اس درجہ کمزور ہو گئی تھی کہ اوس کو
بجز جھانولیون کے اور کچھہ نہ دکھائی دیتا تھا - اور یہ بھی نہین بتلا سکتی تھی کہ اوسکے سامنے پاس کھڑا ہو شخص مرد ہے یا عورت + اوسمین اجتماع مادہ فاسد بہت پرانا تھا - اور بچپن مین ایک مرتبہ
مرض خناق سے اوسکا سلسلہ لگتا تھا جو کہ اچھا نہین ہوا تھا بلکہ دبا دیا گیا تھا + اوس وقت سے
وہ ہمیشہ قریب سے دیکھنے کے مرض مین مبتلا رہی تھی - انجام مین موتیا بند ہوا تھا +
میرے طریقہ علاج پر ایک ماہ تک عمل کرنیکے بعد وہ اسقدر اچھی ہو گئی تھی کہ چھاپہ کے موٹے
حروف کو وہ پڑھ سکتی تھی + اوسکے ساتھہ ہی ساتھہ اوسکی عام تندرستی مین بھی تعجب خیز اصلاح ہو گئی +
اوسکی غمگین اور اداس طبیعت بدل کر خوش اور امید بھری ہو گئی + گویا کہ یہ کہہ سکتے ہین کہ وہ
پھر سے جوان ہو گئی - شروع کے چند دنون مین اوسکا ہاضمہ بہت تیز ہو گیا تھا + علاج جاری رکھنے
سے آنکھ زیادہ صاف - زیادہ چمکیلی - اور زیادہ مضبوط ہو گئی - کامل شفا نصف
سال مین حاصل ہوئی +

یہ تعجب انگیز تیزی کی شفا اس وجہ سے ہوئی تھی کہ مریضہ مین اجتماع مادہ فاسد
سامنے کی جانب تھا + پشت اوسکی نسبتاً آزاد تھی + اگر اجتماع مادہ فاسد جانب پشت ہوتا

سلہ علاج ڈاکٹری سے مراد ہے جسمین کہ اوسکی آنکھ پر عمل جراحی ہوا تھا + ۱۲

توشفا ہونے میں غالبًا اتنے ہی سال کی ضرورت ہوتی جتنے کہ اس موقعہ پر مہینے صرف ہوئے تھے۔ افسوس کہ وہ آنکھ جس پر عمل جراحی ہوا تھا۔ جو کہ نشتر جراحی کی وجہ سے ماری گئی تھی ہمیشہ کے لئے اندھی رہے گی +

بائیں طرف کا بہرا پن۔ کان کا بہنا۔ کانوں میں جھنجھناہٹ - میرا مریض ایک جنٹلمین عمر ۳۷ سالہ تھا۔ جو کہ کئی سال سے کان کے بہنے کے تکلیف دہ مرض میں مبتلا تھا اور گزشتہ چھ ماہ سے بالکل بہرہ ہو رہا تھا + ادویات جو اوسنے استعمال کی تھیں اُن سے کچھ بھی فائدہ نہوا تھا۔ اِس لئے اوسنے اپنے تئیں میرے زیر نگرانی رکھا + بذریعہ اپنے **سائنس آف فیشل ایکسپریشن** میں نے دریافت کیا کہ اِوسکا مرض محض خراب ہاضمہ کے باعث سے تھا۔ میں نے مریض کو دو یا تین **فریکشن ہپ** اور **سٹیز باتھ** روزانہ مع قدرتی غذا کے بتلائے۔ علاوہ اسکے پسینہ کا بذریعہ محنت۔ یا بستہ میں اچھی طرح ڈھانپ کرلانا۔ اور کھڑکی کھول کر سونا۔ نتیجہ حسب ذیل ہوا۔ سترہ روز میں کان کا بہنا اور بائیں جانب کا بہرہ پن جاتا رہا۔ ہاضمہ میں زیادہ اصلاح علاج کے اول ہی دن ہوئی + دوسرے دو ہفتوں میں کانوں کی جھنجھناہٹ کا نشان بھی نہ رہا۔ چنانچہ مریض ۳۱ دن میں شفا پا گیا تھا +

عام ثقل سماعت - ایک جنٹلمین عمر ۲۴ سال کو بچپن میں چھوٹی چیچک (خسرہ) نکلی تھی جس کو ادویات کے ذریعہ علاج کی وجہ سے شفا نہ ہوئی تھی + ناقص مادہ پھر اندر گھسادیا گیا تھا۔ اور اس بات کا سبب ہوا کہ ایک مزمن حالت بیماری کی رفتہ رفتہ پیدا ہوئی جس میں کہ وجع مفاصل یعنی گٹھیا۔ عام کمزوری وغیرہ بھی شامل ہیں + انجام کار ناقص مادہ کے سر کی جانب دباؤ دینے سے مریض کچھ کچھ بہرا بھی ہو گیا تھا + سب قسم کے علاج مریض نے آزمائے تھے مگر ہمیشہ بے سود + بہت سے شناساؤں کی سفارش پر انجام کار اوسنے میرے طریق علاج کی

آزمائش کی۔ غیر محرک غذا۔ فریکشن ہیپ اور سٹز باتھز اور میرے علاج کے دیگر طریقے جنمین کہ لوکل اسٹیم باتھز کا اکثر اوقات لینا شامل تھا (یہ سب) ایسے وسائل اس حالت مین بھی ہوے جنکے ذریعہ سے نتیجہ مطلوب۔ خلاف امید قلیل عرصہ مین حاصل کیا گیا + یہ سب اسلئے اور بھی زیادہ قابل لحاظ تھا کیونکہ بہت سے غلط علاجون نے جو کہ کئے گئے تھے اوسکے جسم مین شفا حاصل کرنے کی قوت کو بہت نقصان پہونچا دیا تھا + برخلاف اسکے مریض کی جوانی نے اور عمدہ موسم نے جبکہ علاج کیا گیا شفا ہونے مین امداد پہونچائی تھی۔ جیسا کہ مریض نے مجھے تحریر کیا ہے اوسکی حس سماعت ہی ٹھیک نہین ہو گئی ہے بلکہ اوسکے بال بھی جو کہ بہت چھیدرے ہونے لگے تھے پھر زیادہ تر گھنے ہو گئے + سردی و زکام۔ جنمین کہ وہ ہر تبدیل موسم کے وقت ہمیشہ مبتلا رہتا تھا اب اوس کو تکلیف نہین دیتے + باوجود اسکے کہ غذائے مجوزہ پر وہ ٹھیک ٹھیک ہمیشہ نہین چل سکا ہے اور یہ کہ وہ کچھ دُبلا ہو گیا ہے۔ وہ بالکل تازہ معلوم ہوتا ہے اور جسمانی اور دماغی دونون کامون کے کرنے کے قابل ہے + اوسکی بےخوابی نے اوسکو بالکل ترک کر دیا ہے +

اور یہ سب پھر (اصلی وجہ تمام امراض کی ایک ہی ہے) معمولی طریقے مین۔ بلا ادویات بلا عمل جراحی۔ بلا کسی قسم کے ڈاکٹری علاج کے ہی ظہور مین آیا + +

امراض دندان - زکام ان قلوان ... ا

امراض حلق گھینگا

امراض دندان - میں بار بار اُن اسباب کا حوالہ دے چکا ہوں جن سے کہ تمام امراض پیدا ہوتے ہیں۔ کھوکھلے دانت اور ہر قسم کے درد دندان بہت زیادہ موجودگی مادۂ فاسد کی یقینی علامات ہیں + مادۂ فاسد کے سڑ میں جلنے سے پیدا ہوتی ہیں۔ اور معمولاً کسی خاص قسم کے اجتماع مادۂ فاسد سے یعنی اوس حالت میں جس میں کہ مادۂ فاسد سامنے کی جانب سے اور طرفین[1] سے اوٹھتا ہے + نہ تو ہڈی[2] نہ وہ سخت اور چکنی شئے جو دانتوں کے اوپر ہوا کرتی ہے اسقدر سخت ہے کہ ہمیشہ کے لئے مسلسل دباؤ کا مقابلہ کر سکے۔ وے رفتہ رفتہ ملایم ہو جاتی ہیں اور مثل ایک گلی ہوئی شاخ کے بن جاتی ہیں + تب درد جو اکثر معلوم ہوتا ہے وہ بے حد گرمی اور رگڑ کے باعث سے جو درمیان کاروائی سڑن کے ہوتی ہے ہوا کرتا ہے + درد دندان بعض اوقات میرے علاج سے بھی پیدا ہو جاتا ہے + ایسا ہوتا ہے کہ وہ لوگ جنکو پیشتر کبھی درد دندان نہیں ہوا تھا میرے علاج میں عارضی طور پر اسمیں مبتلا ہو جاتے ہیں کیونکہ مادۂ فاسد کے

---

[1] یعنی داہنی اور بائیں جانب + ۱۲

[2] مطلب ہے دانت کی ہڈی سے + ۱۲

واپس ہونے مین دانتون پر بھی اثر پڑتا ہے + وجع مفاصل یعنی گٹھیا مین بھی ہم کو وہی بات نظر آتی ہے + دانت کا اُکھڑوا ڈالنا صریحی غلطی ہے۔ گویا ایک عضو کو کاٹ ڈالنا ہے لیکن درد دندان کے سبب کو دُور کرنا نہین ہے + میرا طریق علاج درد دندان کو اوسی طور سے آرام کرتا ہے جیسا کہ کسی اور مرض کو۔ جیسا کہ بیشمار کامیابی کی حالتون مین ثابت ہوا ہے + علاوہ فریکشن باتھ کے اکثر اوقات سر کے مقامی اسٹیم باتھ بھی جنکے بعد کہ ہمیشہ فریکشن ہیپ باتھ لئے جاوین بہت مجرب پائے جاوینگے + جسم کو پھر گرم کرنے کے لئے اچھے طور سے اگر ممکن ہو تو دھوپ[1] مین ٹہلایا جاوے + بہت سی حالتون مین ایک مقامی اسٹیم باتھ جسکے بعد کہ فریکشن باتھ لئے گئے ہون درد کھو دینے کے لئے کافی ہوتا ہے۔ اگر درد نہ جاوے تو غسل پھر لینے چاہئین + ہر شخص جو کچھ عرصہ تک میرا علاج جاری رکھیگا اُس کو درد دندان کی تکلیف اوسی وقت تک ہوگی جب تک کہ مادہ فاسد دانتون سے کھینچ کر نکال نہ لیا جاوے +

ایک بات کو بلا ذکر کئے ہوئے نہین چھوڑنا چاہئے۔ اور یہ بات دانتون کا صاف کرنا ہے + ایک زرد رنگ کی چپکتی ہوئی شئے برابر دانتون پر جما کرتی ہے جو کہ سخت بھی ہو جاتی ہے جس کو کہ ٹارٹار کہتے ہین + میرا دعوی ہے کہ صرف بیمار یا مادہ فاسد سے بھرے ہوئے شخصون کو ہی دانت صاف کرنے کی ضرورت ہوتی ہے + تندرست آدمیون کو اس بات کی اوسی قدر ضرورت ہے جس قدر کہ تندرست جانورون کو +

ہم دیکھتے ہین کہ آخر الذکر (جانورون) کے دانت بہت چمکیلے۔ سفید۔ اور تندرست

---

[1] اُن جگہون مین جہانکہ دھوپ قابل برداشت نہین ہوتی یا ایسے زیادہ گرم موسم مین یہ بہتر ہوگا کہ ایسی دھوپ مین نہ ٹہلین۔ سرد مُلکون مین اور جاڑون مین تو یہ ضرور عمدہ ہوگا + ۱۲

ہوتے ہین۔ کوئی لعاب دار اور نمکین جمنے والی شئے کا نشان بھی نہین رکھتے + لیکن جہان کہ جسم مادہ فاسد سے پر ہے۔ یعنی دوسرے الفاظ مین۔ جہان کہین کہ ہاضمہ پورا درست نہین ہے تو ہمکو دانتون پر لعاب دار اور نمکین جمنے والی اشیا ضرور ملین گی کیونکہ دونون خرابی ہاضمہ سے پیدا ہوتی ہین + لعاب دار شئے اور دانتون پر نمکین جمنے والی شئے محض مادہ فاسد (فارن میٹر) ہے جو کہ بدبو سے اور پر کواوٹھا ہے اور دانتون پر جمع ہوگیا ہے۔

پس اس کو اور تمام دیگر امراض دندان کو جب ہی شفا ہوسکتی ہے جبکہ مادہ فاسد جسم مین بننا بند ہوجاوے + جبکہ دانت خالی ہوگئے ہین اور گل گئے ہین یعنی زائل ہوگئے ہین تو وے بیشک نئے نہین کئے جاسکتے۔ مگر یہ ہمیشہ بہتر ہے کہ ان کھونٹیون کو جبڑے مین ہی چھوڑ دین۔ نیچر اس بارہ مین کہ ایسے دانت کو جسم کے لئے غیر مضر بناوے بہت زیادہ ہوشیار بمقابلہ ہنر انسانی کے ہے + دانت جو کہ بچائے جاسکتے ہین گرنے سے روکنے چاہئین۔ تاکہ وہ غذا چبانے کے لئے جب تک کہ ممکن ہو کارآمد رہ سکین + زائد از زائد صرف ہلتے ہوئے دانت جو کہ چبانے مین رکاوٹ کرتے ہین اکھڑوا دینے چاہئین اور اگر ممکن ہو تو بجائے اونکے مصنوعی دانت لگا دینے چاہئین + میرے اصول متعلق سٹرانج وجوش[۱] کی سچائی کا یہ عمدہ ثبوت ہے کہ سب سے جلد دانت ہی گلنے اور درد کرنے لگتے ہین + دانت ہی صرف وہ ہڈیان ہین جو جسم سے نکلے ہوئے ہین اور کھال سے ڈھکے ہوئے نہین ہین + جبکہ اب ہم اس خاص کارروائی سٹرانج وجوش کو جو کہ مادہ فاسد مین ہوا کرتی ہے ذہن مین لا دین تو یہ صاف معلوم ہوتا ہے کہ یہ نکلی ہوئی ہڈیان خصوصًا

[۱] یہ اصول فقط کتاب ہذا مین ہی بتلایا گیا ہے کہ مادہ فاسد کے ٹھیرنے اور جوش مین آنے سے مادہ فاسد تمام جسم مین سرایت کرنے سے مختلف امراض پیدا کرتا ہے + ۱۲

کارروائی جوش و سٹرن کے زیر اثر آوینگی + یہ ہمیشہ انتہائی حصّوں ہی میں ہوتا ہے کہ کارروائی جوش اور سٹرن کی بہت ہی تیزی کے ساتھ شروع ہوتی ہے اور دانت واقعی ایسے انتہائی حصے ہیں + اگر وے کھال سے ڈھکے ہوئے ہوتے تو مادہ ناقص اول اوسپر (کھال پر) اثر ڈالتا +

زکام - یہ ہوا کی نالیوں کی ایک خفیف سوزش ہے اور عموماً اس کا باعث "سردی لگ جانا" کہا جاتا ہے + صفحات ۹۹ و ۱۰۰ پر ہیئے اس معاملہ کی تشریح کی ہے + "سردی کا لگ جانا" صرف اونھیں شخصوں میں بیماری پیدا کرسکتا ہے جو کہ مادہ فاسد سے بھرے ہیں - تندرست لوگوں میں ہرگز نہیں - زکام مثل درد دندان اسپر دلالت کرتا ہے کہ عضو اسے متعلق میں پیشتر سے مادہ فاسد موجود ہے جو کہ عموماً پھیپھڑوں[1] میں موجود ہونے کے بعد اونمیں آتا ہے + پس ایک سختی کی کہ عصاب آثرانداز کے شدہ کرنے کی - کارروائی ہے +

میرے طریق علاج پر عمل کرنے سے اور تازہ ہوا میں دیر تک رہنے سے اور کھڑکیاں کھول کر سونے سے زکام جلد اپنی ناگوار خاصیت کو ترک کردیتے ہیں - اُنکا اجرا بلا تکلیف کے ہوتا ہے اور جلد بالکل دور ہوجاتے ہیں +

ان فلوانزا[2] کے لیے بھی یہی بات صحیح ہے ۱۸۹۰ء کی انفلوانزا کی بڑی وبا جلد

---

[1] یعنی مادہ فاسد اول پھیپھڑوں میں موجود ہوتا ہے اور وہ ان سے جوش کھا کر ہوا کی نالیوں میں یا دانتوں میں ہو نکلتا ہے جس سے زکام اور دانت کے درد ہوتے ہیں +

[2] یہ ایک قسم کا وبائی زکام ہے جسمیں کمزوری اور تکلیف از حد ہوتی ہے - اعضا شکنی اور بخار بھی ہوتا ہے - چند علامات معمولی زکام کی بھی موجود ہوتی ہیں + ۲۲

ناظرین کے ذہن میں اب بھی تازہ ہوگی + میں ایمان سے کہہ سکتا ہوں کہ انفلوانزا کے بے شمار مریضوں نے جنہوں نے کہ میرا علاج کیا بہت ہی اچھے نتائج حاصل کئے۔ خواہ انکو سخت حملے ہوئے ہوں یا خفیف + **فریکشن باتھ** اور سٹز باتھ کا اثر ہونا پھر بخوبی ثابت ہوگیا تھا + قدرتاً ایک مناسب اور غیر محرک غذا بھی استعمال کیگئی تھی اس مرض میں خرابی ہاضمہ ساتھ ساتھ لگی ہوئی تھی، مثل دیگر امراض اسکا بھی یہ ہی سبب اصلی تھا اور پیٹرو میں مادہ ناقص کے جمع ہوجانے سے پیدا ہوا تھا + اس طور سے ہم کو اس بخار کی بھی وجہ ملتی ہے جو کہ انفلوانزا میں ہوتا ہے، بعد لئے جانے ٹھنڈک پہونچانے والے غسلوں کے بتعجب خیز تیزی کے ساتھ طبیعت میں درستی واقع ہوتی تھی۔ مادہ فاسد جو کہ بوجہ تبدیل موسم جوش میں آیا تھا جس سے جلدی کے ساتھ خارج ہوگیا تھا + آرام ایسی جلد ہوئے۔ اکثر ایک ہی دن میں ہوئے۔ بلا آنے ان خوفناک امراض کے جو کہ استعمال ادویات کے بعد ہوا کرتے ہیں + (ملاحظہ کرو رپورٹ ہائے شفایابی حصہ چہارم میں)

امراض حلق۔ مجکو موقع یہ دیکھنے کا کہ گزشتہ چند سالوں میں حلق کی بیماریاں کسقدر تیزی سے بڑھی ہیں اُس بڑی تعداد بیماروں سے ہوا ہے جو کہ انقسم کے امراض کے علاج کرانے کی غرض سے میرے پاس آئے ہیں، پیشہ طبابت قریب قریب ہمیشہ ان امراض کا مقامی علاج کر کے اچھا کرنے کی کوشش کرتا ہے، ایسا کرنے سے خرابی کم ہوجاتی ہے کیونکہ اسکو دفع مادہ فاسد کو اندر گھسا دینے سے نہیں ہو سکتا +

امراض حلق مادہ فاسد کے اندرونی بار کی طرف دلالت کرتے ہیں لیس یہ فاکر پھیپھڑے کی خرابیاں ہیں جنکے ساتھ کہ امراض حلق ہوتے ہیں، اکثر حلق کا مرض موروثی مادہ فاسد کی وجہ سے ہوا کرتا ہے +

ان امراض مین مادہ فاسد جوش کھانے کی حالت مین نیچے سے اوٹھتا ہے اور چونکہ گردن ایک معنی کرکے دھڑ اور سر کے درمیان مثل ایک تنگ راستہ کے واقع ہے اس لئے بہت رکاوٹ کرتی ہے + پس سر کے امراض مین سب سے اول ضرور گردن کو نقصان پہونچے گا ۔ اس وجہ سے سائنس آف فیشل اکسپریشن کی غرض کے لئے گردن کی حالت خاص لحاظ کے قابل ہے +

حلق کی خرابیون کے شفا کرنے کا انحصار۔ خواہ آواز کا بیٹھنا ہو۔ حلق یا لیرنکس یا فیرنکس کی سوزش ہو یا اونکا کچھہ اور ہی نام کیون نہو۔ کلیتہً موجودگی مادہ فاسد کی خاصیت پر ہے + موروثی مزمن حالتون مین مہینے یا برسون علاج مین لگ جا سکتے ہین + میرے علاج کو بہرکیف قابل تحسین کامیابی ہوئی ہے +

(دیکھو رپورٹ ہاے شفایابی حصہ چہارم مین)

گھینگا - یہ بات ٹھیک ہے کہ مرض گھینگا پہاڑی جگہون مین اور عام طور سے خاص خاص اضلاع مین بہت ہی ہوتا ہے + یہ مشہور بیماری معمولاً اُن بھاری بھاری بوجھون کی وجہ سے ہونا بتلائی جاتی ہے جو کہ پہاڑی جگہون کے رہنے والے اکثر لیکر چلنے کے عادی ہوتے ہین ۔ یہ سچ ہے کہ بیرونی دباؤ جسم کے اوپر۔ یعنی اسکا بار بار بھاری بوجھے اوٹھانا۔ گھینگے کی قسم کے امراض پیدا کر سکتا ہے۔ لیکن اس مرض کے بالکل اور ہی اسباب ہین + مثلاً پانی پہاڑون کا تازہ اور ظاہرا صاف شفاف پانی اکثر مضر اثر پیدا کرتا ہے مٹی اور پتھرون کے ٹکڑون مین ہوکر بہنے سے یہ اکثر دھات کے مادے کو (سیسہ۔ تانبہ وغیرہ کو) اوٹھاتا ہوا چلتا ہے۔ جو (دھات کا مادہ) اگرچہ مشکل سے نظر آتا ہے تاہم جسم انسانی مین خرابی ڈالنے کی قابلیت رکھتا ہے

خصوصاً جبکہ ایسے پانی کا استعمال متواتر پینے مین کیا جاوے + ایک فی رہی بات دسمجھنے سے یہ سمجھ مین آسکتا ہے + یہ ظاہر اصاف پانی اگر وہو مپ مین کچھ دیر رکھد یا جائے تو رفتہ رفتہ نیچے کوئی چیز بیٹھ جاتی ہے + یہ مادہ غیر (فارن میٹر) اگر جسم مین بیٹھے تو ایک خاص حصہ مین بیٹھتا ہی اور گھینگے کے بننے مین آسانی پیدا کرتا ہے +

قدرتا وہ لوگ اس مرض سے پاک رہتے ہین جنمین کہ بوجہ اونکی ذاتی جسمانی عادت کے مادۂ فاسد (فارن میٹر) خصوصاً بہ شکل پسینہ برابر نکلتا رہتا ہے + لیکن جہان کہ یہ حالت نہین ہے - جہان کہ غلط طریقے سے زندگی بسر کیجاتی ہے یا ہاضمہ خراب ہے تو مادۂ فاسد کا معمولی طور سے اخراج ہونا بند ہو جاتا ہے + پانی کے اندر کے ہضم ہونے والے اجزا جوش وسٹرن کی خرابیان پیدا کرتے ہین - مادہ فاسد اوپر کی جانب اوٹھتا ہے اور گردن مین جمع ہو کر وہ بدنمائی جس کو گھینگا کہتے ہین یا ڈربی شائر نکٹ[1] کہتے ہین پیدا کرتا ہے + جبکہ گھینگا باہر کی جانب ہوتا ہے اور گردن موٹی کر دیتا ہے - تو کوئی درد نہین ہوتا اور سامنے کی اور اِدھر اُدھر کی سوجن سے بہت تھوڑی ہی بے آرامی ہوتی ہے - ایسی حالت مین خطرہ بہت کم ہے + لیکن اگر اس سوجن کی وجہ سے آلات تنفس کے کام مین خرابی واقع ہوتی ہے تو معاملہ اندیشہ ناک ہو جاتا ہے + اُن لوگون کی حالت مین جنکا طریقہ بسر اوقات سادہ اور خاموشی کے ساتھ ہے - اِس پانی کے اثر سے جسمین کہ بہت سی مضرت رسان اشیاء

---

[1] ڈربی شائر ولایت مین ایک شہر ہے اور نک انگریزی مین گردن کو کہتے ہین یعنی اُس شہر کے لوگون کی سی گردن - اُس شہر مین یہ مرض اسقدر کثرت سے ہوتا ہے کہ اوس شہر کے نام سے ہی اس قسم کے ہر بیمار کو نامزد کرنے لگے ہین + ۱۲

استعمال رہتا ہین - اس قسم کے شوربون کے بے بہا امداد ہوتی ہے اور ان اشخاص کو کہ جو دوا کا جوش ہوا کرتا ہے بہی مداوا پیدا کر دیتا ہے +

یہ خیال کرنا کہ تازہ اور برف ہی مانند سرد پانی صحت لانا ہے ایک غلطی ہے +
پانی مین دیگر اشیاء کا شامل رہنا ہی اسکے نہ ہضم ہونے کی خاصیت کو کافی طور سے بتلاتا ہے + بغور دیکھنے سے یہ بات ہمکو بتلاتی ہے اور اب بھی بتلاتا ہے کہ بہتا ہوا پانی جو دھوپ سے گرم ہوا ہے اور بارش کا پانی سب سے زیادہ مناسب اور مفید انسان کے پینے کے لئے ہین + کوئی نازک پودے اور پھول کے درخت ایسے تازہ پانی مین جس مین کہ دیگر اشیاء معدنی ملی ہون خوب نہین بڑھتے پھولتے - اس قسم کا پانی محض سورج کی دھوپ کے کیمیائی عمل سے ہی اس مضر اور ناقابل ہضم مادہ ناقص (خارن میٹر) سے جو اوسمین موجود ہے صاف کیا جا سکتا ہے اور پس انسان کے استعمال کے قابل بنایا جا سکتا ہے + اور انسان کو اوسکی عیب پانی پینے کے لئے مجبور نہین کرتی ہے + سادہ اور قدرتی غذا کبھی پیاس پیدا نہین کرتی + مگر جب پیاس لگے - تو تازہ عرق دار پھلون کو پانی پر ترجیح دینا چاہئیے -

خاتمہ - بغرض پورا کرنے بیان مذکورہ کے مین مندرجہ ذیل علاج کا جو مین نے ایک مریض کیا تھا ذکر کرتا ہون +

مریضہ کو کئی سال سے معدہ کی خرابی تھی + آخرش ایک گھینگا بننا شروع ہوا جس سے وقت تنفس سانس لینے مین بڑی تکلیف پیدا ہو گئی - میرے طریقہ علاج کے اختیار کرنے پر خصوصاً فریکشن سٹز باتھ کا عمل کرنے پر سانس لینے مین تکلیف بہت کم ہو گئی اور ایک ہفتہ مین (مادہ خاسد کا) ٹوٹنا شروع ہو گیا + جلد کی سوجن زیادہ ملایم اور مقدار مین کم ہو گئی دوسرے ہفتے مین گھینگے کا کوئی نشان بھی باقی نہ رہا +

درد سر مائگرین[1] یعنی امتلائی درد سر
دماغ کا زائل ہونا۔ سوزشِ دماغ

بادی النظر مین اس موقع پر ایسی چند خرابیون کا جسین کہ پیشۂ طبابت بہت ہی بڑی احتیاط کے ساتھ تفریق کرتا ہے یکجائی رکھنا بیہودہ معلوم ہوگا +

مین بیان کرچکا ہون کہ لوگ اس بات کے عادی ہین کہ ہمیشہ مرض کے سبب کو صرف ایسی جگہ تلاش کرتے ہین جہانکہ تکلیف معلوم ہوا کرتی ہے + مگر خصوصًا امراض سر کی حالت مین یہ محض غلطی ہے کیونکہ ہمیشہ اسکا سبب شکم کے حصۂ زیرین (ریڑو) مین ہوتا ہے + پیڑو مین پیدا ہونے کے برسون بعد وہ سر[2] مین معلوم ہوتے ہین +

وہ لوگ جو میرے سائنس آف فیشل اکسپریشن کے ماہر ہین ایسی شکایات کے واقعی

---

[1] اسکی علامات حسب ذیل ہوتی ہین۔ کنپٹی و بھوون پر یکایک دھیما درد شروع ہوکر تیزی پکڑتا ہے جس سے سر پھٹا جاتا ہے اور جنبش کرنے یا حرکت دینے سے زیادتی ہوتی ہے اکثر تو ایک طرف سر کے اگر ہر دو جانب ہو تو شدت سے ایک ہی جانب ہوتا ہے۔ چہرہ پھیکا۔ جسم کا نہپتا۔ جسمی اور دماغی محنت سے معذوری۔ بینائی مین فتور۔ آنکھ کے سامنے بھنگے اوڑتے ہوئے نظر آنا۔ اور پیشانی و بھوون کے دبانے سے درد ہونا۔ یا گاہے بے حسی + ۱۲

[2] اشارہ ہے بطرف امراضِ سر + ۱۲

ظاہر ہونے کے بہت عرصہ قبل اونکی آمد اور پیدایش کو نگاہ رکھنے کے قابل ہوتے ہین +
دہنی یا بائین جانب امتلائی درد سر کی طرف طبیعت کے رجحان کو اوسی طرح لیجیے
ہین برسون پیشتر جان سکتے ہین اور ایسے ہی سوزش دماغ اور دماغ کے زائل ہونیکو بھی +
جیسا کہ تجربہ سے بخوبی معلوم ہوا ہے۔ امتلائی درد سر جسم مین داہنی یا بائین جانب
مادہ فاسد کے موجود ہونے کی حالت مین جبکہ مادہ فاسد سر کی جانب اوٹھتا
ہوا دماغ مین پہونچتا ہے پیدا ہوتا ہے + سر کی بڑی سخت بیماریان جنکا اظہار قدرتا
سوزش دماغ اور دماغ کے زائل ہونے کی صورت مین ہوتا ہے۔ مادہ فاسد کے اجتماع
بجانب پشت ہونے کی وجہ سے ہوا کرتی ہین + ان اشخاص کی حالت مین جنکو امراض سر
ہوتے ہین ہمکو ہمیشہ یہ بات نظر آتی ہے کہ اونکو اکثر برسون پیشتر سے خرابی ہاضمہ رہی ہے
جو بشکل قبض یا خشکی پاخانہ عموماً ظاہر ہوتی ہے + بسا اوقات اسکے بعد ہم کو
مسون کی تکالیف۔ بواسیر۔ اور پیڑو کے اندر جملہ اقسام کی گٹریان معلوم ہوتی ہین۔
آجکل ہم بچون کو بھی ایسی حالت مین پاتے ہین + بعض اوقات پیڑو کے اندر کی رسولیان
دفعتاً غائب ہوجاتی ہین اور اس شخص کو فوراً سر کے متعلق امراض ہوجاتے ہین +
بغور دیکھنے والا شخص ایسی حالتون مین بالکل مقررہ تبدیلیان سر مین ہوتے ہوئے
پائے گا۔ وہ رسولیان جوکہ پیشتر پیڑو کے اندر ملتی تھین اب سر مین نمودار ہوتی ہین
(اگرچہ بمقابلہ پہلے کے) بہت زیادہ چھوٹی اور اسی وجہ سے زیادہ سخت ہین + بہت سے
مریضون مین سر کی پشت پر یا سر کے داہنے بائین یہ گٹریان باہر سے دیکھی جاسکتی ہین
اور چھونے سے بھی معلوم کیجاسکتی ہین +

جسم ہمیشہ اس قابل نہین ہوتا ہے کہ ان گٹریون کے اندر کے مادہ فاسد کو سر مین لیجائے +

اگر جوش ان کافی زور نہین ہے تو مادہ فاسد (فارن میٹر) گردن کے پاس بغلون مین یا سینہ پر رہکر ان جگھون مین رسولیان پیدا کریگا + مگر یہ نہین خیال کرلینا چاہیے کہ مواد پیڑو سے جسم کے اندر ہی اندر سخت اور گول گول گٹریون کی شکل مین چلتا ہے + برعکس اسکے جسم اس مادہ فاسد کو غیر معمولی ہوائی شکل مین کردیتا ہے اور کافور صفت یعنی مثل کافور کے اوڑ جانے والا اور ایک جگہ سے دوسری جگہ جانے کی قابلیت رکھنے والا بنا دیتا ہے + جسم کے اندر جوش آنے[1] کے قواعد کے مطابق رسولیون کا مادہ فاسد جسم کے اندر بغیر کسی عضو سے رُکے ہوے جسم کے اخیر حصّون کی طرف کو اور پس سر کی طرف کو جاتا ہے + اگر اب مواد پھر اکھٹا ہوجاوے اور سر کے اندر گلٹیان یا گانٹھین پیدا کردیوے تو ہمکو وہ حالت ملتی ہے جس کو ڈاکٹر لوگ کنزپشن آفدی برین یعنی دماغ کا زائل ہونا کہتے ہین - پہلے تو ہمکو صرف سے یا دیگر رسولیان پیڑو کی جگہ مین اور خصوصًا جنگاسون مین ملتی تھین - اب ہمکو گلٹیان یا وایے دماغ مین ملتے ہین + وہ طریقہ جس سے شفا حاصل ہوتی ہے ساتھ ہی ساتھ میرے بیانات کی سچائی کو بھی ثابت کرتا ہے + بذریعہ میرے غسلون کے مادہ فاسد کو جڑ سے نکالنے کے اثر کے اگر دماغ کے اندر کی گلٹیان منتشر کردی جاوین اور واپس[2] ہونے کی حالت مین لائی جاوین تو اول ہم کو ان گلٹیون کا سر سے غائب ہوجانا معلوم ہوگا + اسکے بعد وے بطور مسّون کے یا بمقام پیڑو کی دیگر گلٹیون کے - یعنے پھر اپنی شکل مین ہم کو ملتی ہین + اور صرف

---

[1] یعنی مادہ فاسد مین جسم کے اندر جوش کھانے کے جو طریقے ہین + ۱۲

[2] یعنی جیسے کہ وہ پیڑو یا جنگاسون سے چل کر شکل تبدیل کرکے دماغ مین جسم کے اندر ہوکر پہونچی ہین پھر اوسی راستہ اپنی اصلی جگہ کو واپس لائی جاوین + ۱۲

جب کہ یہ آخر الذکر بھی کلیتہً منتشر اور خارج کردی جاتی ہین تو ہم دیکھتے ہین کہ سر کے مرض کو شفا ہوگئی + بیان مذکورہ بالا سے معمولاً یہ نہین سمجھ لینا چاہیئے کہ ہر ایک مریض مبتلاے بواسیر کی طبیعت ضرور ہی درد ہاے سر کی طرف مائل ہوگی یا ہر قسم کے مسدون کی بیماری ضرور درد سر پیدا کرتی ہوگی + بعض اوقات میرے پاس ایسے مریض بواسیر رہے ہین جن کو کہ تمام زندگی مین درد سر کبھی نہین ہوا - یہ ایک ایسا امر ہے کہ جو صرف مادہ فاسد کے فرق کے باعث سے ہوتا ہے +

مادۂ فاسد کے سامنے یا طرفین کی جانب موجود ہونے سے رسولیان اسقدر جلد سر مین نہین چلی جاتی ہین + بہرکیف اگر ایسا وقوع مین آئے تو وے زیادہ تر مثل گردن اور سل کے داتون کے گردن اور پھیپھڑن مین ظاہر ہونگی + ایسے مریض عموماً زیادہ آسانی سے شفا پاتے ہین بمقابلہ اونکے جنمین کہ ایسا اجتماع مادہ فاسد کے پشت کی جانب موجود گی ہوتا ہے + میرے نئے طریقۂ تشخیص یعنے سائنس آف فیشل اکسپریشن کے ذریعے سے اب ہم اس لائق ہین کہ برسون پیشتر اُس راستہ کو معلوم کرلیوین جو کہ رسولیان یا مادۂ فاسد سر تک پہونچنے مین اختیار کرینگے - اب اگر کوئی رُکاوٹ نہ ملے اور دماغ مین ایک مرتبہ دابئے پڑجاوین تو سوزش دماغ کی جانب رجحان طبیعت واقع ہوگی + اسکے بعد اگر کسی اتفاقیہ سبب سے کوئی ایکبارگی خلل (جوشش بحران) یا مادۂ فاسد (فارن میٹر) کا انتشار واقع ہو تو ایک اونچے درجہ کا بخار فقدرتاً ہو جاوے گا + ایسی حالت مین عام طبیبا بھی سوزش دماغ بتلائین گے + لیکن جہانتک کہ شفا کا تعلق ہے بالکل لاچار کھڑے رہین گے + ناظرین اب اُس تعلق کو جو امراض سر اور امراض حصۂ زیرین شکم (پیڑو) کے درمیان ہے صاف طور سے سمجھ لین گے - اور مین دعوی کرتا ہون کہ

سوزش دماغ اور دماغ کے زایل ہونے کی ہی جڑ پیڑو مین نہین ہے بلکہ دماغ کی تمام چھوٹی چھوٹی شکایتون کی۔ یہانتک کہ ہلکے سے ہلکے درد سر کی بھی۔ صرف فرق یہ ہے کہ حالت آخر الذکر مین پیٹ کی خرابی تھوڑی سی ہوتی ہے۔ اکثر اوقات یہ محض خفیف شکایات ہاضمہ ہوتی ہین + پس درد سر جلد رفع ہو جاتا ہے +

یہ بات خاص کر امراض سر۔ امتلائی درد سر۔ دماغ کے زائل ہونے۔ اور سوزش دماغ کی شکایتون مین ہے کہ میرے طریق علاج کی کامیابی ایسے صریح طور سے دیکھی جاسکتی ہے + بس یہ عیان ہے کہ ان تمام امراض کا سبب مشترکہ ایک ہے۔ جسکا سلسلہ پیڑو سے ملتا ہے۔ ورنہ یہ غیر ممکن ہے کہ جب اونکا علاج۔ بلا کسی مقامی علاج کے۔ بذریعہ میرے فریکشن باتھ اور غذا کے کیا جاوے تو وے فوراً ہی غائب ہوجانا شروع ہوجاوین۔ خصوصاً سر کے امراض کی حالتون مین۔ ایسی کامیابی کے ساتھ شفا ہونے کا باعث پورے طور سے اور صرف یہی ہے کہ میرا طریق علاج بیماری کی جڑ تک پہونچتا ہے +

مجھے کتنی زیادہ مرتبہ یہ دیکھنے کا موقع ملا ہے کہ درد سر اور امتلائی درد سر ایک ہی **فریکشن باتھ**[1] کے ذرا زیادہ دیر تک لینے سے آرام ہوگئے ہین + بہت سی عورتون نے جنمین کہ مادہ فاسد کا مناسب طور سے واقع ہونا مینے دکھایا تھا میری ہنسی کی ہے جبکہ مین نے اونکو یہ بتلایا کہ وہ ایسی جلد شفا کی امید کرسکتی ہین + جس بات کو کہ وہ ہم مین پیشتر نہین لا سکتی تھین بعد غسل لینے کے اوسکو سمجھنے لگین +

[1] مراد ہے فریکشن سٹز باتھ یا ہپ باتھ سے + ۱۲

سر کی پرانی بیماریاں جو کہ برسوں سے ہو رہی ہین اور مادہ فاسد کے بہت زیادہ وجہ سے پیدا ہوئی ہین بیشک اسقدر جلد آرام نہین ہو سکتین + مادہ فاسد کو پیچھے کو لوٹنا ہوتا ہے جس کارروائی کے درمیان مریض کو ممکن ہے کہ پرانے درد سر بھی پھر برداشت کرنے پڑین + درحقیقت اکثر اوقات غسلون کی وجہ سے ہی درد سر ہونے لگتا ہے کیونکہ مادہ فاسد واپس پر سر کی رگون پر دباؤ ڈالتا ہے +

بیان مذکورہ کے خاتمہ پر مجھے اجازت دیجاوے کہ اس موقع پر مین اپنے کلام مذکورہ کی تائید مین ایک واقعہ کا ذکر کرون +

ایک شخص جیسا کہ اوسکے معالج نے بیان کیا تھا دماغ کے زائل ہونے کی بیماری مین مبتلا تھا + اوسنے بہت سے مختلف قسم کے علاج کئے تھے لیکن بجاے نفع حاصل کرنیکے اوسکی حالت اگر کچھ ہوئی تھی تو بدتر ہو گئی تھی + اولاً اوسکو سخت درد ہاے سر ہوا کرتے تھے۔ جو کہ ادویات کے ذریعے دبا دیے گئے تھے اور اوسکی حالت اب ناقابل برداشت تھی۔ دماغ کے زائل ہونے کا مرض اب ہو گیا تھا +

اس لاچاری کی حالت مین وہ میرے زیر علاج آیا۔ ضرور اوسکا ہاضمہ بالکل خراب ہو گیا تھا مگر جلد ہی درمیان علاج مین اصلاح پر آگیا تھا + مینے کئی غسل سوزانہ۔ معمولی قدرتی غذا۔ اور پسینہ کے زیادہ لانے کی ہدایت کری + چند روزہ نازک اوقات شفا سے اوسکی حالت مین بھی نہین بچا جا سکا اور وہ اکثر ظہور مین آتے۔ خاصکر جبکہ رسولیان منتشر ہوتی تھین + ان نازک اوقات شفا کے گزرنے کے بعد مریض کو ہمیشہ بہت ہی زیادہ آرام معلوم ہوتا تھا۔ اور آخرش دو ماہ علاج کرنے کے بعد اوسکے سخت مرض کو بالکل شفا ہو گئی +

ٹائیفس پیچش ہیضہ اسہال

ٹائیفس [1] ۔ ٹائیفس یا اعصابی بخار لوگون کو عموماً اونکے عین شباب مین ستاتا ہے خاصکر مضبوط اور موٹے تازے آدمی اسکا شکار ہوتے ہین ۔ بخارون مین یہ ایک بہت ہی بڑا سخت بخار ہے اور بس اسی کے ساتھ ایک بہت زبردست کیورےٹیو کرائی سس یعنی طبیعت کے جسم کو تندرست کرنے کا موقع ہے ۔ اس بیماری سے سب لوگ خوف کھاتے ہین اور مروجہ علاج سے بہت زیادہ لوگ اس بیماری مین مرتے ہین ۔ لیکن نیو سائینس آف ہیلنگ (یعنی میرا نیا طریقہ علاج) اس مرض کی ہیبت ناک خاصیت کو بالکل دور کردیتا ہے ۔ صرف اوسی حالت مین کہ جسمین مادہ فاسد کا اجتماع بہت ہی زیادہ ہے اسکا یقین نہین ہوسکتا کہ جسم اس تندرستی حاصل کرنے کے موقع کو برداشت کرسکے گا ۔ لیکن اگر ہم اپنے طریقے سے ٹھنڈک پہونچانے والے غسلون کے

---

[1] ڈاکٹرون کے نزدیک یہ ایک چھوت دار بخار ہے جو کہ چودھوین (۱۴) سے اکیسوین (۲۱) دن کے اندر ہوکر اُترتا ہے اور اکثر قحط سالی مین ہوا کرتا ہے ۔ اسمین مریض نیم بیہوشی کے عالم مین پڑا رہتا ہے ۔ جسم پر سیاہ رنگ کے نقاط ظاہر ہوتے ہین ۔ اس بخار مین مریض بیس (۲۰) فیصدی مرجاتے ہین ۔ مریض آخر مین بیہوش ہی ہوجاتا ہے اور اختلاج ہوکر مرجاتا ہے ۔ ۱۲

لینے کے بعد قدرتی طریقے مین پسینہ حاصل کرانے مین کامیاب ہو جاوین تو کوئی خطرہ باقی نہین رہتا + ٹائیفس کے سخت بیمارون مین جن کا کہ مین نے علاج کیا ہے یہ ایسا اوقات ظہور مین آیا ہے کہ مریض لوگ جنکو ہفتون یا مہینون ڈاکٹری علاج مین لگے ہوئے میرے طریقے پر علاج کرنے سے علاج کے شروع کرتے ہی چند دنون کے بعد میدان مین برابر روزانہ ٹہل سکے +

جیسا کہ تجربہ سے ثابت ہوا ہے تمام حاد امراض مثلاً ٹائیفس۔ انفلوانزا وغیرہ مین میرے **اسٹیم باتھز** بہت ہی نافع ہین + مگر اونکو مریض کی حالت کے لحاظ سے لینا چاہیئے نہ بہت زیادہ عرصہ تک نہ بہت زیادہ مرتبہ لئے جاوین + **فریکشن ہپ** اور **سٹز باتھز** قدرتاً سلسلہ وار[1] لینا چاہیئے۔ پس ہم دیکھتے ہین کہ ٹائیفس بھی ضروری باتون مین اوسی بنیاد پر قرار پاکر اوسی علاج کی ضرورت رکھتا ہے جسکی کہ تمام دیگر امراض۔ ہر مریض کی حالت کا لحاظ علاج مین ضرور ہے +

میرے طریقہ علاج کے ایک پورانے پیروکار نے مجھے لکھا کہ اوسنے دو سخت مریضان **ٹائیفس اور چیچک** کا علاج بذریعہ ایک اسٹیم باتھ اور تین فریکشن ہپ و سٹز باتھز جو دیر تک لئے گئے تھے ایسی کامیابی کے ساتھ کیا تھا کہ مریض لوگ اپنے اپنے بستر سے اوٹھکر باہر جا سکے + چھ[6] دن مین۔ مرض کی تمام علامات دور ہوگئین اور ایک داغ بھی باقی نرہا +

---

[1] مطلب یہ کہ فریکشن سٹز باتھ اور فریکشن ہپ باتھ ٹائیفس کے مریض کو دونون روزانہ کسی سلسلے مین دینا چاہئین۔ مثلاً ایک مرتبہ ہپ باتھ تو دوسری مرتبہ سٹز باتھ چند گھنٹے یا مناسب وقت کے بعد اور پھر ہپ باتھ اور اسی طریقے پر حسب ضرورت و حالت مریض +

بہت سے مریضان ٹائیفس کی حالت مین جنکا مینے علاج کیا ہے - بیماری نے جو طریقہ اختیار کیا وہ یکسان مفید ہوا ہے + جہان کہین کہ جسم کو استعمال ادویات نے پیشتر ہی بہت زیادہ کمزور کردیا اور نقصان پہونچا دیا تھا تو شفا قدرتاً زیادہ تر مشکل ہو گئی تھی +

ہیضہ و پیچش - ایسے ہی کامیابی کے نتیجے پیچش اور ہیضے مین حاصل کئے گئے ہین + یہ امراض دونون ایسے ہین جو کہ ہاضمہ مین زیادہ خرابی ڈالتے ہین اور جنکے ساتھ ہین کہ اونچے درجہ کا اندرونی بخار ہوا کرتا ہے + مینے اکثر دیکھا ہے کہ ہیضہ مین یہ بخار اسقدر تیز ہوتا ہے کہ جسم اندر کی جانب سے جل کر بالکل سیاہ ہو جاتا ہے - جیسا کہ اُن مریضون کے ہونٹھ - ناک اور آنکھون کے تبدیلی رنگ سے صاف معلوم ہوتا ہے - جو مریض لوگ کہ اس مرض سے مرتے ہین +

ہیضہ اور پیچش صرف اونھین اشخاص پر حملہ کرتے ہین - جنکا جسم مادۂ فاسد سے بہت زیادہ بھرا ہوتا ہے + بس یہ محض اتفاقیہ ہی نہین ہے کہ کسی شخص کو تو یہ مرض ہوتا ہے اور کسی کو نہین ہوتا + مینے ہیضہ اور اوسکے متعلق بیمارون کا مشرح بیان ایک علیحدہ رسالہ مین کیا ہے جسکی طرف مین یہان توجہ دلاتا ہون +

جیسا کہ تجربہ بخوبی ثابت کرتا ہے - تمام اشخاص جو کہ ہیضہ مین مبتلا ہوتے ہین عرصہ دراز سے غیر معمولی خرابی ہاضمہ مین مبتلا رہے ہوتے ہین - عموماً قبض ہین +

پس پیچش اور ہیضہ کے مریضون مین مرض کے ظاہر ہونے سے پیشتر - نیز اس سے قبل کہ کوئی بات قابل لحاظ ظاہر ہو - ایک قسم کی جسم مین بے چینی اور بوجھ بھی عموماً معلوم ہوتا ہے - تیز جوش[1] کے شروع ہونیکا یہ بات نشان دیتی ہے - میری رائے مین ہیضہ

[1] یعنی مادہ فاسد مین تیز جوش آنے کا + ۱۲

ایک سب سے زبردست وقت جسم صاف کرنے کے لئے ہمارے پاس ہے + مادہ فاسد کسی بیرونی سبب مثلاً تبدیل موسم - سردی کا لگ جانا - خوف - جوش طبیعت وغیرہ کی وجہ سے جوش مین آکر یعنی سر کر - اپنے پیشتر کے چلنے کی جگہ یعنی پیڑو کی طرف زور کے ساتھ واپس ہونا شروع ہوتا ہے - خصوصاً جبکہ جلد معمولاً اپنا فعل نہین کرتی - اگر قوت زندگی اس وقت بھی کافی زور رکھتی ہے تو اس سخت وقت پر قابو حاصل کیا جا سکتا ہے اور مریض ایک سب سے زیادہ تندرست شخص ہو جاوے گا + اگر برعکس اسکے کسی وقت مین ادویات کے ذریعے علاج سے جسم مین شفا حاصل کرنے کی قوت کمزور ہو گئی ہے تو جسم اس شفا حاصل کرنے کے موقعہ کو برداشت نہ کر سکے گا + اس بخار لی ہوئی جوش کی کارروائی مین - خواہ ہیضہ کی حالت مین - خواہ اُس سے معمولاً کم خطرناک مرض پیچش کی حالت مین - ایک ایسی عجیب کارروائی ہوتی رہتی ہے جیسی کہ اوسی شکل مین ہم کو کہین بھی نہین ملتی + اندرونی بخار کی گرمی اس موقع پر معمولاً صرف آلات الہضم مین اکھٹی ہو جاتی ہے - بس اندر کی جانب تو ایک بہت ہی بڑی گرمی ہوتی ہے اور باہر کی جانب ٹھنڈ معلوم ہوتی رہتی ہے +

اِن امراض کا علاج کرنے مین اول کام یہ ہے کہ اندرونی بے حد گرمی کم کیجاوے - اور اس سے زیادہ یہ کہ قدرتی وسائل سے مریض کو پسینہ دیوین + جبکہ جسم مین کافی قوت زندگی اُس بے حد اور مہلک اندرونی گرمی کے دبانے کے لئے موجود ہے تو شفا ذرا جلد ہو گی - بہت سے مریض بوجہ بے حد اندرونی بخار کے بیرونی سردی مشکل سے معلوم کر سکتے ہین - ایسے مریض بہت ہی زیادہ خطرے مین ہوتے ہین + سالہائے ۱۸۴۹ء و ۱۸۶۶ء مین شہر لیپزگ مین ہیضہ کی وبا کے وقت مین نے مختلف مریضون کو بغور

دیکھا ہے + مجکو ٹھیک ٹھیک یاد ہے جو کہ طریقہ مرض نے اختیار کیا۔ اور اب مین اوسکو سمجھانے کے قابل ہون + وے مریض جنکے جسم نے بخار کو جسم کے اوپر ظاہر کر دیا اکثر ہیضہ سے جانبر ہو گئے۔ مگر تمام وے لوگ جنمین کہ بخار بیرونی بہت ہی ذرا سا ظاہر ہوا راہی ملک بقا ہوئے + مثلاً مینے ایک عورت کو گیارہ بجے قبل دوپہر کے مع اوسکے بچہ کے اُسکے صحن مین چپ چاپ ٹہلتے ہوئے دیکھا۔ دو بجے بعد دوپہر کے اوسکا جنازہ مکان سے نکلا۔ اوسکی حالت مین اوسکے جسم نے ذرا بھی کوشش ہیضہ کے جوش[ل] کے مقابلہ کرنے مین نہین کی + وہ عورت ضرور مادۂ فاسد سے بہت بھری ہوئی تھی + ناک کی نوک کا اور ہونٹ اور آنکھون کا سیاہ رنگ ہو جانا اس امر کو ظاہر کرتا تھا کہ پیٹرو بہت ہی خطرناک سڑن کی حالت مین ضرور رہا ہوگا +

سب سے عمدہ وسائل جو جلدی سے (اور یہی یہان خاص بات ہے) ایسے سخت عضوونکے آرام کرنے کے لئے معلوم ہین وہ میرے فریکشن سِز باتھز ہین + ساتھ ہی ساتھ وہ قوت زندگی کو بھی ترقی دیتے ہین + پیٹرو کے اسٹیم باتھ بھی اکثر بہت مجرب ثابت ہوئے ہین۔ اوسکے بعد فوراً ہی ایک فریکشن سِز یا ہپ باتھ ضرور لینا چاہیئے + اگر ممکن ہو تو ایک سَن[ٹ] باتھ (یعنی دھوپ مین طریقۂ خاص مین لینا) جسم کو گرم کرنے کے لئے اُسوقت تک کیا جاوے جب تک کہ پسینہ نہ آجاوے + جبکہ سَن باتھز نہ لئے جا سکین تو مریض کو بستر پر خوب کپڑا اوڑھا کر لٹا دینا چاہیئے تاکہ پسینہ آجاوے + بہت سے موقعون پر چند غسل ٹھنڈک پہونچانے والے ہی اس بات کے لئے کافی ہوتے ہین

ل یعنی وہ جوش جو کہ ہیضہ کی حالت مین مادہ فاسد مین آتا ہے +

ٹ اسکا طریقہ دیکھو صفحہ ۱۴۶ لغایت ۱۴۹ مین + ۱۲

کہ مریض خطرہ سے باہر ہو جاوے + غذا ضرور قدرتًا غیر محرک استعمال مین لانی چاہیئے +
پیچش کی حالتون مین بھی سیرے غسل یا شمول سیرے دیگر وسائل علاج کے بہت موثر
طریقے مین عمل کرتے ہین + چند فریکشن سٹز اور ہپ باتھز۔ اور ایک اسٹیم باتھ
اکثر اوقات اسہال کے آرام کرنے کے لئے کافی ہوتے ہین +
لیکن اگر یہ کافی نہون تو طریقہ ذیل اختیار کرنا چاہیئے۔ درحقیقت سخت حالتون مین
یہ بہتر ہوگا کہ اسکو فورًا اختیار کیا جاوے + ایک اینٹ کو گرم کرو۔ اونی کپڑے مین
اوسکو لپیٹو اور مقعد کے نیچے رکھدو + یہ دیکھکر تعجب معلوم ہوگا کہ کسقدر جلد ایسا کرنے
سے دست بند ہو جاتے ہین۔ چند گھنٹے بعد ایک فریکشن سٹز باتھ لینا چاہیئے اور
اوسکے بعد گرم اینٹ پھر رکھنی چاہیئے +
اس ذریعہ سے اُن مریضون کی جان بچانا اکثر ممکن ہوتا ہے جو کہ دیگر صورتون مین ضائع
ہوگئے ہوتے + وہ لوگ جو کہ ایسے سخت نازک وقتون سے کامیابی کے ساتھ نکل گئے ہین
ہمیشہ بہت اچھے رہتے ہین + درحقیقت یہ تجربہ دنیا مین اُن سب لوگون کا ہے جو مرض
ہیضہ مین مبتلا ہوکر شفا پا گئے ہین کہ اونکو ایسا معلوم ہوتا ہے گویا کہ ایک تکلیف دہ
بوجھ سے آزاد ہوگئے ہین۔ کیونکہ ہیضہ کے کل مادہ فاسد کے بارے سبکدوشی حاصل ہوگئی ہے
سائنس آف فیشل اکسپرشن سے ہمکو مادہ فاسد کے بارے مین تعجب انگیز کمی معلوم ہوتی ہے۔
یہ درحقیقت اکثر بہت قابل لحاظ ہے کہ کیونکر اتنے تھوڑے دنون مین جسم کی حالت تبدیل ہوسکتی ہے +
لیکن چونکہ ہیضہ ہمیشہ ایک خطرناک وقت شفا حاصل کرنے کا ہے۔ ہر شخص کے لئے بہتر ہے کہ
خاص توجہ اپنی اس مرض کے لگنے سے بچنے کے لئے مبذول کرے۔ بدقسمتی سے اب تک
یہ بات معلوم نہین ہوئی ہے کہ اس معاملہ مین کیا کرنا چاہیئے + صرف میری ہی دریافت کے

ذریعہ سے اب یہ ممکن ہے کہ ہر قسم کا اجتماع مادۂ فاسد جان لیا جاوے۔ یہان تک
کہ اوس کی بہت ہی خطرناک اور ناموافق کیفیت بھی جو کہ بعض حالات مین
اوقاتِ شفا مثل ہیضہ کے پیدا کرے +

برٹش انڈیا یعنی انگریزی ہندوستان اور ہندوستان کے اُس سے پرے
کے حصہ سے میرے پاس چند سال گزشتہ مین مرض ہیضہ کے میرے طریق پر
علاج کرنے مین کامیابی کے متعلق موافق خبرین پہونچی ہین + میرے (نوایجاد) غسلون
کے ساتھ مین بہت گرم ملکون مین ان امراض سے محفوظ رہنے کے لئے غیر محرک اور
نہ گرمی کرنے والی غذا خاصکر کارآمد ہے + ماد بخارون مین مثلاً ہیضہ پیچش
وغیرہ مین یہ عجیب اثر رکھتی ہے۔ پس اُن لوگون کو جو کہ ایسے ملکون مین رہتے ہین
ایسی غذا کے استعمال کرنے مین اگر اس وقت اسکا استعمال وہان نہین ہو رہا ہے +
کوئی اندیشہ نہین کرنا چاہئیے + صرف اسکی آزمائش کیجئے +

(پیچش کے بارے مین دیکھو رپورٹ ہاے شفایابی حصہ چہارم)

اسہال صغرسنی بھی جو کہ بچپن مین ہوتا ہے کچھ ہیضہ سے کم و بیش نہین ہے
یہ صرف وے بچے ہین جنکی پرورش بوتل[1] کے ذریعے ہوئی ہے اور پس جنہین مادۂ فاسد
کا بار ہے + جو کہ اسمین مبتلا ہوتے ہین۔ علاج وہی ہے جیسا کہ ہیضہ کی حالت مین +
صرف پسینہ بچے کو مان یا باپ کے پاس بستر مین زیادہ آسانی سے آوے گا +

---

[1] یعنی بوتل کے ذریعے دودھ پلاکر۔ منشا ہے کہ جنکی پرورش مان کے
دودھ سے یا دایہ کے دودھ سے نہین ہوئی ہے + ۱۲

معمولی ڈائریا یعنی اسہال بھی درحقیقت ذرا کم درجہ کا مرض ہیضہ ہے
میں نے برسوں تک دیکھا ہے کہ مضبوط آدمیوں کو بھی جونہی قے آئے اسہال کے دورے
ہوا کرتے ہیں

اسہال (ڈائریا) خواہ کتنا ہی خفیف کیوں نہ ہو۔ جسم کے شفا حاصل کرنے کی زیادہ
تیز کوشش سے کچھ کم وبیش نہیں ہے۔ اور بس یہ ہمیشہ ایک اچھی علامت ہے + اس لیے
اس کو ایک اچھا موقعہ سمجھنا چاہیئے بشرطیکہ وہ بہت زیادہ عرصہ تک جاری نہ رہے + ایسے
موقعوں کو ہوا کی اُس برقی کشش کی طاقت سے جو حال مین دریافت ہوئی ہے غالباً زیادہ
مدد ملتی ہے۔ ہر شخص کو جسے کہ ایسے موقعوں کا تجربہ ہوتا ہے بعد کو از سر نو جوانی معلوم
ہوتی ہے + پس ہم دیکھتے ہین کہ جسم کس طور سے اپنے بوجھ (مادۂ فاسد) کو موسموں مین خارج
کر دینے کی کوشش کرتا ہے۔

اگرچہ **اسہال** اور **قبض** ایسے معلوم ہوتے ہین جیسے کہ ایک شے کے دونون
آخری سرے۔ مگر ناظرین کو تعجب نہیں کرنا چاہیئے اگر میں اُن دونون کو ہاضمہ کی ہی محض
خرابی بتلاؤن۔ جو خرابی کہ غیر معمولی اندرونی گرمی کے باعث سے جو کہ زیادتی غذا سے
ہوتی ہے وقوع مین آتی ہے + ٹھیک ٹھیک جیسے کہ ایک ہی سبب سے ایک شخص تو
فربہ اور موٹا ہوتا ہے مگر دوسرا لاغر اور دبلا ہوتا ہے بس یہی ایک شخص کی حالت مین
تو اسہال پیدا کرے اور دوسرے شخص مین قبض +

اگر سخت قبض **فریکشن** باتھ سے نہ کھلے تو چاہیئے کہ میدان مین خاص کر جنگل یا بن
مین پاخانہ جاوین + اس مین تعجب ہوگا کہ تازہ ہوا کس طور سے جسم پر اثر کرتی ہے۔ چنانچہ
جو کام کہ اندھیرے پاخانہ مین غیر ممکن تھا۔ تازہ ہوا مین آسان ہو جاتا ہے +

موسمی اور گرم ملکون کے بخار۔ ملیریا یت کا بخار زرد بخار۔ تپ و لرزہ

کوئی بھی نام ان بخارون کا کیون نہو۔ اور کسی ہی شکل مین یہ ہمکو کیون نہ ملین۔ وجہ اونکے اظہار اور ترقی کی ایک ہی ہے یعنی مادہ فاسد کا سڑنا۔ یا جوش کھانا + گرم ملکون مین حالات موسم اور دن رات کی گرمی کے بے حد تفاوت کو جب ہم دھیان مین لاتے ہین۔ تو ہم گرم ملکون کے بخارون کی سختی کی وجہ کو فوراً سمجھ سکتے ہین۔ جن بخارون کی تیزی اُسی حساب سے بڑھتی ہے جتنا کہ زیادہ تیز اور زیادہ زور دار کارروائی سڑن کی ہوگی گرم ملکون مین ہی یہ بات ہے کہ ہم کو تمام اور سب سے زیادہ موافق حالات سخت بخار کے پھوٹنے کے لئے ملتے ہین۔ نیز اُن شخصون مین بھی کہ جنکے جسم مین مادہ فاسد نسبتاً تھوڑا ہوتا ہے + خطہ ہائے معتدل مین یہ اس درجہ کبھی نہین دیکھا جاتا + قدرتاً گرم ملکون کا بخار مختلف شکلون مین نمودار ہوتا ہے + سب سے زیادہ جس کا خوف کرتے ہین وہ زرد بخار ہے۔ اسکا نام بباعث اُس زرد رنگ کے پڑا ہے جو دوران مرض مین جلد کا ہوجاتا ہے۔ اور اکثر شاید محض اُن ادویات کا نتیجہ ہے جو کہ استعمال کی گئی ہین + ابتدائی علامات یہ ہوتی ہین۔ یعنی تکان۔ دردسر۔ اینٹھن۔ پیاس۔ اور جلد کی خشکی + بعد کو

الف یہ ایک قسم کا بخار ہے۔ یہ بخار ترائین مین زیادہ ہوتا ہے۔ یون کہا جاتا ہے کہ اسکا سم (زہر) گرمی اور تراوٹ کے سبب نباتی اجزا کے سڑنے سے بطور ابخرات نکلکر جسم انسان مین اثر کر کے بخار پیدا کرتا ہی۔ خاص علاج کے لئے صفحات ۳۸۴ الف تا ۳۸۴ د ملاحظہ فرمائیے +

پائخانہ سیاہ ہوجاتا ہے اور مریض سیاہ رنگ کے مادّہ کی قے کرتا ہے - آنکھون کی سفیدی زرد ہوجاتی ہے - اور تب جلد کا رنگ بھی زرد ہوجاتا ہے گو کہ اکثر صرف بعد مرگ + خاص بات یہ ہے کہ مرض کو پیدا ہونے سے روکین + وسایل اسکے ہمیشہ ہمارے ہی پاس موجود ہین + **اول** - اعتدال کے ساتھ بالکل غیر محرک غذا - جو گوشت نہو اور جو اوس ملک کی پیداوار سے منتخب کی گئی ہو جہان کہ مریض رہتا ہے +

دوم - پورا قدرتی طرز معاشرت و فریکشن سٹز باتھز کا استعمال + گو کہ گرم ملکون مین پانی ان غسلون کے لئے اسقدر سرد نہین ملسکتا جسقدر کہ معتدل ملکون مین ملسکتا ہے لیکن پانی اور ہوا کی حرارت مین مناسبت (ہر دو جگہ) قریب قریب یکسان ہی ہوتی ہے + علاوہ اسکے وہی گرمی جسنے کہ جوش (مرض) پیدا کیا تھا - کارروائی شفا مین بھی اوسیطور پر امداد پہونچاتی ہے - کیونکہ اُن غسلوں[1] مین غسل کے بعد پھر گرمی لانا اور پسینہ آنا بمقابلہ معتدل ملکون کے جلد تر وقوع مین آتا ہے + علم طبابت کے لئے **کونین** - **انٹی پائرین** یا اعصاب کو بے حس کرنے والے دیگر وسائل کے ذریعہ سے کسی بخار کو بھی واقعی شفا دینا کبھی ممکن نہوگا + جبکہ دوا کی ایک ہلکی خوراک اپنا کام کرلیتی ہے تو اوسکی بہ نسبت ایک ذرا بڑی خوراک کے دینے کی ضرورت ہونے لگتی ہے - اور آخرش اعصاب کا بار بار بے حس کرنا بہت ہی سخت امراض پیدا کردیتا ہے - یعنی بہت ہی سخت اعصابی بیماریان جنکا شفا کرنا اور بھی زیادہ مشکل ہے + تمام گرم ملکون مین میرا علاج بموجب قواعد مندرجہ کتاب ہذا - بہت ہی کامیابی کے ساتھ ایسے بخار کے مریضون کی حالت مین آزمایا گیا ہے + **بیٹویا** کے ایک مسٹر آر نے شہر جنیوا سے منجملہ دیگر باتون کے مجھے تحریر کیا ہے کہ +

[1] یعنی گرم ملکون مین +

"مجھے ابھی معلوم ہوا ہے کہ میری بیوی اور میرے منیب موجودہ شہر میٹویا (ڈچ ایسٹ انڈیز) نے بھی جنکو میں نے آپکی کتاب بھیجی تھی - آپکے علاج کا استعمال موسمی بخار کی حالت میں جو وہان پھیلا ہوا تھا غیر معمولی کامیابی کے ساتھ کیا ہے"

پادری مسٹر ایم - ساکن پی - ایل (برازیل) نے ۱۶ ر دسمبر ۱۸۹۰ء کو مجھے حسب ذیل تحریر کیا ہے -

"خود اپنے بارے میں میں آپ کو مشکوری کے ساتھ مطلع کرتا ہون کہ آپ کے تجویز کئے ہوئے غسلون کے کرنے سے موسمی بخار اور میرے ہاضمہ کو بہت قلیل عرصہ میں بلا شبہ فائدہ ہوا + اس قہوہ کی سرزمین میں ہمکو کچھ دقت غذا میں ہوتی ہے - بجاے گیہون کی روٹی کے ہمکو یہان مکا کی روٹی پر قناعت کرنی پڑتی ہے - بجاے ملک جرمن کی ترکاریون کے ہمارے سیم - لوبھیا - چانول وغیرہ وغیرہ - بجاے سیب و ناشپاتی و آلوچہ کے ہمارے کیلہ - شکر قند - خربزہ - تربوز - نارنگیان - انجیر - کھجور - شاہ بلوط - اور اسی قسم کی اشیاء" +

مضمون مندرجہ ذیل ایک خط سے اخذ کیا جاتا ہے جو کہ ۱۸۹۰ء میں میرے بہت سے شاگردان باشندہ گولڈ کوسٹ اور کمیرون میں سے ایک نے یعنی پادری مسٹر جے - ایس - متوطن اکرا واقع گولڈ کوسٹ نے تحریر کیا تھا +

"جہانتک ممکن ہوا ہے ان کتابون پر عمل کر جو ہمکو بھیجی گئی ہین - ہمنے آپکے علاج کو بخارون مین خاصکر صفراوی بخارون (پت کے بخار) مین استعمال کرنے کی کوشش کی ہے ہم کو یہ کہنے کی خوشی ہے کہ آپکا طریقۂ علاج بخار کے حملون کو جو یہان بار بار ہوتے ہین بہت کم کر دیتا ہے +"

مین مضمون ذیل کو ایک خط سے جو میرے پاس مسٹر ایم - ایچ - کا بھیجا ہوا آیا تھا منتخب کرتا ہون
اُسٹین کریک قریب بیلز - برٹش ہانڈورس - سنٹرل امریکا[۱] - ۳ جولائی ۱۹۰۹ء
"آپکی کتاب "دی نیو سائنس آف ہیلنگ" میرے پاس پہونچی - آپکے خط مشورہ کا شکریہ ادا کرتا ہون اور جسکی ہدایات پر مین جہانتک حالات موجودہ نے اجازت دی ہے چلا ہون -
ہر سال مجھے اپنے گرم ملکون کے بخار - تپ لرزہ اور دیگر خرابیون سے لڑنا پڑتا تھا -
امسال آپکے طریقہ علاج پر عمل کرنے کی وجہ سے مین اُن تمام شکایات سے آزاد رہا ہون "

ایک تیسرے خط مین جو اُٹ جمبنگ (ہیریرو لینڈ) مغربی جنوبی افریقہ سے آیا ہے مسٹر الیف - ایم نے بعد بیان کرنے اپنی بی بی کے سخت مرض کے جوکہ لاعلاج سمجھا گیا تھا - یون تحریر کیا ہے - "کوئی علاج جنکو ہمنے تیس سال کے درمیان آزمایا - مرض کی ترقی کو نہ روک سکا - ہاضمہ بالکل ہی بگڑ گیا تھا - اُس وقت مین آپکی چٹھی آئی اور میری آنکھین کھول دین - میری بی بی اب فریکشن باتھ لیتی ہے - ملیریا بخار (ترائین کا بخار) جوکہ اوسکی دیگر شکایات مین شامل ہوگیا تھا اب رفع ہوگیا ہے - پیرون کا ورم کم ہوتا جاتا ہے اور اونگلیان ہاتھ کی ملایم اور ہلکی ہوتی جاتی ہین - "

دار السلام (مشرقی افریقہ) کے ایک پادری مسٹر جی جنھون نے کہ خود اپنی حالت مین میرے طریقے کو بروے میری کتاب استعمال کیا تھا ایک مشنری اخبار

---

[۱] انگریزی قاعدہ سے جب خط لکھتے ہین تو پورا پتہ اُس مقام کا جہان سے خط بھیجا جاتا ہو اور تاریخ و سنہ صفحہ اول کے اوپر دہنی جانب تحریر کرتے ہین - اس سطر مین نام و پتہ و مقام مع سنہ و تاریخ خط تحریر ہے ۱۲

مطبوعہ شہر برلن بماہ ستمبر ۱۹۰۰ء ہیں اس علاج کے عمدہ اثر کے بارے ہیں جو انکے بھتیجے کے علاج کرنے ہیں ظہور میں آئے یوں تحریر کرتے ہیں +

"روز یکشنبہ ۲۲ جون ۱۹۰۰ء - ہفتہ گزشتہ ہیں میرا بھتیجا ڈینیل ای بی پانچ روز سے سخت بخار ملیریا[۱] ہیں مبتلا تھا - نہ کونین نہ انٹی پائرین - اور نہ انٹی فیبرن نہ پیپرمنٹ کی چاے اور نہ قدرتی طریقے کے پورے علاج کی گدیوں نے بھی کوئی نفع بخشا + بخار اُسی اونچے درجے پر رہا - بلکہ چند درجہ اور بڑھ گیا + کل دوپہر کو ہماری تمام کوششوں کے بعد ہماری تمام ترکیبیں ختم ہو گئی تھیں - صرف ایک چیز مریض کو بچا سکتی تھی یعنی تبدیل آب و ہوا - لیکن یہ کیسے ممکن تھا + اس آخری حالت ہیں ہم کو لوئی کوہنی ساکن لیزگ کے نئے طریقۂ قدرتی علاج کا خیال آیا جسکی کتاب "دی نیو سائنس آف ہیلنگ" ہیں نے ابھی منگوائی تھی + ہمنے بخار سے بھنتے ہوئے مریض کو جس کو کہ پسینہ نہیں آتا تھا پانی ہیں بٹھایا - یعنی ایک فریکشن ہپ باتھ تین منٹ کے لئے اُسکو دیا - جیوں ہی کہ تھرمامیٹر ۱۰۲ درجہ فہرن ہایٹ سے زیادہ ہوا تو پھر غسل دیا گیا اور یہ بات ہمنے جلد دیکھی کہ بخار کم ہوتا شروع ہو گیا شب ہیں نفع معلوم ہونے لگا اور صبح کو پسینہ بالکل قدرتی طریقہ ہیں آیا - اس طور سے مریض چند گھنٹے ہیں اس سادہ طریق علاج کے ذریعہ سے بچا لیا گیا +"

اگر فریکشن باتھ بجاے صرف تین منٹ کے بیس منٹ جاری رکھے گئے ہوتے تو صحت زیادہ تیزی کے ساتھ یقیناً ہوئی ہوتی - ایسی حالتوں ہیں جتنا کہ زیادہ عرصہ تک اور زیادہ مرتبہ غسل دیئے جاتے ہیں اوسی قدر بہتر اور زیادہ نافع مریض کے لئے ہوتے ہیں +

[۱] ملیریا کے علاج کا خاص طریقہ بذریعہ نیا علم شفا بخشی ملاحظہ فرمائیے صفحات ۳۶۶ لغایت ۳۷۷

خود اپنی ہی حالت کے بارے مین دارالسلام کے مسٹر جی نے ۲۲ دسمبر گزشتہ کو مجھے یون تحریر کیا ہے۔

"جو کچھ کہ مین آپ کو مختلف قسم کے موسمی بخارون سے اپنی شفایابی کے متعلق لکھ چکا ہون اسکا ذکر دوبارہ اس موقع پر نکرکے۔ مین صرف اختصار کے ساتھ کہتا ہون کہ آپکے پانی کے علاج کے طریقون کا اثر میری حالت مین بہت ہی تعجب انگیز ہوا ہے + اب مین اُن کو اس مُلک کے باشندونکی حالت مین استعمال کرتا ہون (ضرور بہت تکلیف اوٹھاکر اور وقت صرف کرکے) اور اونمین نتائج ہمیشہ عمدہ ہوتے ہین + ماہ جون گزشتہ سے مینے اپنے لئے یا اپنے گھر مین کوئی دوا استعمال نہین کی ہے۔ سوائے پانی کے اور کچھہ نہین۔ اور وہ بھی آپکی ہدایت کے موافق + ان بے حد گرم ملکون مین جوکہ بیماری کے لئے مشہور ہین ہم بہت اچھی حالت تندرستی مین ہین جسقدر کہ یہان پر ممکن ہے + کیا یہ آپ کا پانی کے ذریعے شفا دینا ایک عمدہ علاج **غربی افریقہ** کے **زرد بخار** کے لئے نہ ہوگا ؟"

مسٹر جی نے بادی النظر مین مرض کی وحدانیت یعنی جملہ امراض کا ایک دوسرے سے یکسان اندرونی سلسلہ رکھنے کے مطلب کو بخوبی نہین سمجھا ہے۔ ورنہ ایسا سوال اونھون نے مشکل سے پیش کیا ہوتا +

ایک پادری **مسٹر اے** نے مقام **کوالا رونگن**۔ واقع **بورنیو** سے ۲۰ جنوری ۱۸۹۲ع کو یون تحریر کیا ہے:-

پیارے مسٹر کوہنی

میرے پاس دو جلد آپکی چھوٹی کتاب "دی نیو سائنس آف ہیلنگ" کی موجود ہین۔

اور مین آپکے شکریہ کا اظہار نسبت نئے علم شفا بخشی کے عمدہ نتائج کے کرنے سے باز نہین رہ سکتا - جن (عمدہ نتائج) کو مینے خود اپنے اور دیگر اشخاص کی حالت مین اس جزیرہ بورنیو مین دیکھا ہے + اب ایک سال ختم ہونے والا ہے جب سے کہ مین نے آپ کی نیو سائنس آف ہیلنگ کا ذکر یہان بورنیو مین اول دفعہ سنا تھا + اوس کے تھوڑے عرصہ بعد ایک روز جبکہ مین ایک دوست کے مکان پر تھا مجھے شدت سے انڈین فیور (ہندوستانی بخار) نے آدبایا اور اوسنے مجھے بالکل مضمحل کردیا + اسپر مینے آپکے نئے طریقہ علاج کی آزمایش کی + اول مین نے ایک اسٹیم باتھ بید کی بنی ہوئی کرسی پر لیا - اور اسکے بعد ایک فریکشن ہپ باتھ بموجب ان ہدایات کے جو آپکی چھوٹی کتاب مین مندرج ہین + اثر انکا تعجب انگیز تھا - بعد غسل کے مین اپنے بستر کو ترک کردینے کے قابل ہوگیا جو بات کہ اسکے قبل غیر ممکن تھی + میرے دوست اور اونکی بی بی اس جلدی کی کامیابی پر بہت ہی متعجب ہوئے - اس دن سے مین آپکے طریق علاج کا زبردست پیرو ہوگیا ہون +

اس نئے علم شفا بخشی سے بہت عمدہ نتیجے مینے یہان ڈایک لوگون مین دیکھے ہین + ڈایک لوگون نے جنہین کہ کوئی حکیم نہین ہوتا ہے زمانہ قدیم سے اسٹیم باتھ سے کام لیا ہے - مگر وے لوگ فریکشن باتھ سے واقف نہین ہین +

اگر مین آپ سے تمام اُن مریضون کی بابت بیان کرون جن کو مین نے اس نئے علم شفا بخشی کے ذریعے سے آرام کیا ہے تو مجھکو بہت ہی زیادہ لکھنا پڑے گا -

پیارے مسٹر کوہنی + آپکی کتاب پادری کے لئے بیابان مین ضروری کتاب ہے - اور یہ کسی شخص کو حالت لاچاری مین نہین ڈالتی + دیگر ڈاکٹری کی کتابین ہو کہ میرے

پاس ہین حکیم کے بلانے کی ہمیشہ ہدایت کرتی ہین + لیکن بیابان ہین یہ کیسے کیا جا سکتا ہے + مین آپکی کتاب دی نیو سائنس آف ہیلنگ کو اپنے قبضہ مین رکھکر بہت ہی زیادہ مشکور ہون +

قریب تین ہفتے کے گزرے کہ ایک عورت کے پاس مجھے لے گئے تھے۔ اوسکا جھونپڑا دھان کے کھیت مین رات کو جل گیا تھا اور وہ اُس وقت تک نہ جاگی تھی جب تک کہ آگ اوسکے بدن پر نہ پہونچ گئی تھی۔ اُس عورت کی شکل بھیانک ہوگئی تھی۔ خاصکر چہرہ اور بازو + سینے فوراً صبح سے شام تک ترگدیون کا استعمال بتلایا اور شام کو مین نے گدیان اُس ترکیب سے لگائین جیسا کہ آپکی کتاب مین بتلایا گیا ہے + دوسرے روز مین نے پھر گدیان لگائین ایک ہفتہ مین وہ بالکل اچھی ہوگئی۔ مروجہ علاج مرہم کے ذریعہ سے مجھے یقین ہے کہ ہفتون شاید مہینون تک یہ حالت قایم رہی ہوتی +

"چند ہفتے گزرے کہ میرے دہنے ہاتھ پر ایک قسم کی کھجلی نکل آئی + یہان کے لوگ اسکو کی ہس کہتے ہین۔ یہ بہت ہی دیر مین جانے والے ددوڑے ہوتے ہین اور جسم کے گرد چھلتون (حلقہ) کی شکل مین ہو جاتے ہین + اب سے پیشتر مینے ہمیشہ اس کو مرہم سے رفع کیا ہے۔ مگر ہمیشہ پھر عود کر آئی ہے + ایک دفعہ تو یہ پیرون پر ہوئی اوسکے بعد چہرے پر۔ پھر پُشت پر۔ اور بعد ازان ہاتھون پر۔ اس بار جب کہ چند ہفتے گزرے کہ بائین ہاتھ پر مین نے ددوڑے ظاہر ہوتے دیکھے۔ تو اپنے دل مین کہا:۔

"اچھا اس مرتبہ تم کو دی نیو میتھڈ آف ہیلنگ (نئے طریقہ شفا بخشی) کے ذریعہ سے دُور کرونگا +"

پس مین نے اول ایک اسٹیم باتھ (بھاپ کا غسل) اور اُس کے بعد ہی ایک

فریکشن ہپ باتھ لیا۔ دوسرے روز صرف دو فریکشن سٹز باتھ لئے۔ علاج کے تیسرے روز میں نے دیکھا کہ وہ دو وڑے سکڑے (مرجھائے) ہوئے معلوم ہوئے۔ جس سے یہ ظاہر ہوتا تھا کہ اب غائب ہونے والے ہیں۔ میں نے تنہا ہاتھ کو بھی بھاپ دی ہے اور ایسا کرنے کے بعد ہر مرتبہ ایک فریکشن سٹز باتھ لیا ہے۔ اب بائیں ہاتھ پر بعینی مقام ماؤف پر دو چھوٹی چھوٹی پھوڑیاں نکل آئی ہیں۔ پس میں یقین کرتا ہوں کہ فارن میٹر (مادہ فاسد) اس مقام پر کھنچکر اکٹھا ہو رہا ہے۔ جب یہ اچھی ہو جاوینگی تو خوفناک کھجلی دور ہو جاوے گی۔

اس خوفناک کی ہس سے نجات پانے کا یہی طریقہ ہے۔

میں ہمیشہ نیو میتھڈ آف ہیلنگ (نئے طریقہ شفا بخشی) کا استعمال کرونگا کیونکہ

آجکے دن تک اسکی مانند میں نے کوئی دوسرا علاج نہیں پایا ہے۔

میں اپنے دوستوں میں۔ اونکی توجہ اس نیو سائنس (نئے علم) کی طرف دلانے کی کوشش کرتا ہوں۔"

غربی افریقہ۔ اسٹریلیا۔ ہندوستان۔ دی کیپ۔ ویسٹ انڈیز وغیرہ سے میرے پاس بے شمار اسی قسم کے خطوط آتے ہیں۔ جنمیں کہ میرے طریقہ علاج سے صحت پانے کی کامیابیوں کا ذکر ہے۔ اور بہت سے خطوں میں سرگرمی کے ساتھ اظہار شکریہ بھی موجود ہے۔

(نوٹ)

حضرات ناظرین! اگر آپ نے اس کتاب کو اس موقع تک بغور پڑھا ہے اور خصوصًا باب متعلق بہ "امراض اطفال" اور اس باب کو جسمین کہ یہ باتین کہ مرض "کیسے پیدا ہوتا ہے؟ بخار کیا چیز ہے؟" بتلائی گئی ہین تو آپ کو یہ ضروری بات بھی معلوم ہوگئی ہوگی کہ بخار (یعنی ہر قسم کے بخار) کا علاج فورًا اوسی وقت سے ہونا چاہئیے کہ جب بخار شروع ہو + بلکہ اُس وقت سے جبکہ اوسکے آنے کے قبل جسم مین کچھ ایسے محسوسات ہون کہ جن سے معلوم ہوتا ہو کہ بخار کی آمد ہے علاج شروع کردیا جاتے تو اور بھی عمدہ ہے۔ اِس علاج کے شروع کرنیمین اس بات کے دیکھنے کی ضرورت نہین ہے کہ بخار کیا ڈھنگ اختیار کرتا ہے +

واضح ہو کہ اِس کتاب مین طاعون کے بخار کا کہین ذکر نہین آیا ہے مگر اس اصول کے موافق جو کہ اس کتاب مین امراض کی وحدنیت کے بارے مین سمجھایا گیا ہے طاعونی بخار کا بھی وہی علاج ہونا چاہئیے جو کہ اور دیگر سخت بخارون یا دوسرے امراض کا۔ خواہ اوسکا ذکر کتاب ہٰذا مین کیا گیا ہے یا نہ کیا گیا ہو + جبکہ سب امراض اور سب بخار ایک ہی طریق مین اور ایک ہی شئے "یعنی جسم مین مادۂ فاسد کی موجودگی سے پیدا ہوتے ہین تو علاج بھی سب کا ایک ہی ہے یعنی مادۂ فاسد کے نکالدینے سے اچھے ہوسکتے ہین + اور ہر قسم کا مادۂ فاسد آمین کلام نہین کہ اُن غسلون کے ذریعہ سے جنکا کہ ذکر کتاب ہٰذا کے صفحات ۱۳۸ لغایت ۱۶۴ مین مفصل کیا گیا ہے جسم سے دُور کیا جا سکتا ہے + ۱۲ مترجم

طاعون کا علاج

(نوٹ مترجم)

پلیگ یعنی طاعون۔ جیسا کہ اس وقت تک اخبارات وغیرہ کے دیکھنے اور سننے سے معلوم ہوا ہے ہندوستان میں یہ مرض طاعون چار قسم کا ہوا ہے۔ ایک تو بیوبونک یعنی کہ جسمیں گلٹیاں بڑھ جاتی ہیں۔ دوم نیومونک یعنی جس میں خصوصاً پھیپھڑوں میں ایک قسم کی سوزش ہو جاتی ہے اور وہ اپنا کام پورے طور سے نہیں کر سکتے۔ سوم سپ ٹی سیمک جسمیں کہ تمام خون جسم کا خراب ہو جاتا ہے۔ چہارم انٹس ٹائنیل جسمیں کہ انتڑیاں خراب ہو جاتی ہیں۔ اور ایک ہی مریض کو ایک سے زیادہ قسموں کا طاعون ایک دفعہ ہو جانا بھی خیال میں آسکتا ہے۔ اول قسم کے طاعون میں گلٹی کیا تو بخار کے قبل نکلتی ہے۔ یا بخار شروع ہونے کے بعد۔ اگر حصہ زیرین جسم میں گلٹی نکلتی ہے تو اکثر اوقات ران میں۔ اور اگر حصہ بالائی جسم میں نکلتی ہے تو کانوں کے پاس یا اون سے نیچے گلے میں۔

یہ مرض بمقابلہ انسان کے چوہوں میں کہا جاتا ہے کہ جلد اثر کرتا ہے اور اول چوہے ہی مرتے ہوئے دیکھنے میں آتے ہیں اور پھر اسکا اثر انسان پر ہوتا ہے ایسا تو کوئی گھر نہیں جہاں چوہے نہوں اور پس چوہوں کے ذریعے ایک گھر سے دوسرے گھر میں بخوبی جا سکتا ہے۔ بعض شہروں میں جہاں کہ میونسپلٹی یعنی چنگی نے ان موذی جانوروں کی تعداد میں قبل شروع ہونے موسم سرما کے معقول درجہ کی کمی حاصل کر لی ہے تو ان شہروں میں پھر موسم سرما میں یہ مرض بہت کم ہوا ہے جب مرض کو ایک مقام سے لیجانے والے

جو ہونگی تعداد کم ہوگی تو مرض بھی کم پھیلے گا + مرض کو روکنے کے لئے مکانات کی صفائی بھی ضروری ہے خاص کر نالیوں - چہ بچوں اور پاخانوں کی - یعنی اُن مقامات کی جہاں کہ غلاظت ہونیکا موقع ہے صفائی ضرور کرنی چاہیئے اور فینائل واٹر سے اُنکو دہو ڈالنا یا اُنمیں چھڑک دینا اور مکانات کی ہوا صاف رکھنے کے لئے اُنمیں خوشبویات ایک بار روزانہ جلا دینا مناسب ہے - جن لوگوں کے ذمہ ہون کرنا روزانہ فرض ہے وہ مکان میں ہون کریں اور دیگر لوگ کسی عمدہ شے مثل گوگل یا دیگر خوشبویات کو ایک بار یا دو بار مکان میں روزانہ جلا کر اُسکا دہوان لگا دیا کریں +

صفائی مکانات سے کم ضروری صفائی جسم انسان بھی نہیں ہے جسم انسانی کا اوپر سے صاف رکھنا تو اُسکو بخوبی دہونے سے یعنی عمدہ طور سے معمولی غسل لینے سے ہوسکتا ہے اور کپڑے صاف ستھرے پہننے سے - مگر جسم کی محض اس بیرونی صفائی سے کام نہیں چلتا بلکہ اندرونی صفائی بھی لازم ہے + اس کتاب "نیا علم شفا بخشی" کے اول ۱۳۵ صفحے پڑھکر آپکو بخوبی معلوم ہوگیا ہوگا کہ بغیر اندرونی غلاظت کے کوئی مرض ممکن نہیں - اور اندرونی غلاظت سے بچنے اور اُسکے رفع کرنے کا طریقہ بھی بقیہ صفحات حصہ اول کو بغور سمجھ کر پڑھنے سے معلوم ہو چکا ہوگا +

بیرونی و اندرونی صفائی جسمانی سے بھی زیادہ ضروری رُوحانی پاکیزگی ہے - بوجہ روحانی ناپاکی کے انسان ایسے افعال کا مرتکب ہوتا ہے جنسے کہ جسم کی بھی اندرونی و بیرونی ناپاکی وقوع میں آتی ہے - رُوحانی پاکیزگی حاصل کرنیکے لئے انسان کو مناسب ہے کہ اپنے مذہب کے موافق عامل ہو - انسان کی بد عمالی کا نتیجہ ہی مرض ہے اور جسقدر کہ لوگوں کے اعمال زیادہ خراب ہونگے اُسی قدر اُس ملک کے زیادہ لوگوں کو زیادہ سخت امراض بھی لاحق ہونگے - کیا یہ کہا جاسکتا ہے کہ ہندوستان میں لوگوں کے اخلاق بمقابلہ پیشتر کے اب سدھر گیا" ہر شخص جب اپنے آپکو اور اپنے چاروں طرف بغور دیکھے گا تو یہی کہے گا کہ نہیں : اور اسکی وجہ یہی ہے کہ عام طور سے ہر مذہب کے لوگ اپنے مذہب کے موافق عامل نہیں ہیں + ظاہری اعمال ہی نہیں بلکہ

خیالات بد کا اثر بھی تندرستی پر خراب پڑتا ہے اور زندگی کو کم کرنیوالا ہوتا ہے +

جب کسی گھر میں یہ مرض **طاعون** چوہوں میں نمودار ہو تو اس مکان کو فوراً چھوڑ دینا چاہیئے اور اوسکی صفائی بخوبی کرنی چاہیئے۔ مردہ چوہوں کو بجائے پھینک دینے کے جلا دینا چاہیئے۔ علاوہ اُنکے بقول ہے کہ جو کہ **فینائل** یا زسکپور وغیرہ کو پانی میں ملا کر ہر در و دیوار فرش و نالی وغیرہ کو دہو ڈالنے کے سب سے آسان طریقہ یہ ہے کہ مکان میں **پرال یا سوکھی گھاس** اور نیز کچھ **خشک پتے** بچھا کر اور اُپلے یعنی کنڈے اور لکڑی اوسکے اوپر پھیلا کر جلا دیں تاکہ مکان میں خوب دھوان ہوجائے اور مکان بخوبی گرم ہوجائے مگر تمام سطح فرش کو آگ جلا کر مثل آتش کے ایک مرتبہ گرم کر دینا چاہیئے۔ جہانتک کہ موجودہ تجربہ انسانی ہے کوئی جاندار ایسا نہیں کہ جس کو آتش ضایع نہ کر سکتی ہو۔ اگر کسی شخص کی نسبت شبہ بھی ہو کہ اوسکو اس مرض کا اثر ہے تو مناسب ہے کہ اوسکو دیگر گھر کے لوگوں سے علیحدہ رکھیں اور اوسکی ضرورت کے وقت ہی اوسکے پاس جاویں اس سے زیادہ گفتگو کرنا بھی اوسکے خیالات کو منتشر کرتا ہے۔ خیالات کو یکجا کرنے کے لئے مناسب ہے کہ مریض اپنے معبود حقیقی کی یاد میں مشغول ہو۔ اور مریض کو ایسے مکان میں رکھیں جس میں تازہ ہوا کا گذر بخوبی ہوتا ہو۔

علاج - جس وقت کسی شخص کی نسبت طاعون کا ذرا بھی شبہ ہو۔ خواہ گلٹی نکل آئی ہو یا محض بیماری ہو تو سب سے اول مریض کو ایک **اسٹیم باتھ** پورے جسم کا قریب نصف گھنٹے کے دیویں۔ (ملاحظہ کیجئے صفحات ۱۳۸ لغایت ۱۴۵) (اگر کوئی بنچ یا کرسی میسر نہ آوے تو چھوٹی چار پائی پر بھی جسکی بناوٹ گھنی نہو یہ بھاپ کا غسل لیا جا سکتا ہے) اور بعد اسٹیم باتھ کے ایک **فرکشن ہپ باتھ** (ملاحظہ کیجئے صفحات ۱۵۱ لغایت ۱۵۴) دیر تک دیں نصف گھنٹے تک یا اس سے بھی زائد۔ اگر مریض کو پانی میں بیٹھنا ناگوار معلوم ہوتا ہو۔ اسٹیم باتھ لینے کے وقت اگر تھوڑی دیر تک منہ کمبل کے اندر ڈھانک کر منہ کھول کر سانس لیا جاوے تو عمدہ ہے ایسا کرنے میں بھاپ کا اثر اندر تک پہنچتا ہے

اس غسل کے بعد ہر تین تین چار چار گھنٹے کے بعد فرکیشن سٹز باتھ نصف نصف گھنٹے تک اور اسپنج باتھ کوئی بیس تیس منٹ تک باری باری سے لیویں جب تک کہ بخار دُور نہو جاوے۔ اگر تین غسل دینے سے افاقہ ہو گیا ہے تو پھر اگلے دن غسل دیویں اور بعد رفع ہو جانے بخار کے بھی ہفتہ عشرہ تک روزانہ دو تین ہپ باتھ و فرکیشن سٹز باتھ لیتے رہیں + اگر ضرورت معلوم ہوتی ہو یا اگر اول اسٹیم باتھ میں پسینہ نہ آیا ہو تو دوسرے دن پھر اسٹیم باتھ لیا جا سکتا ہے مگر احتیاط کے ساتھ +

اگر گلٹی نکل آئی ہے تو پورے جسم کے لئے اسٹیم باتھ دینے کے وقت گلٹی کو خاص کر خوب بھاپ دیں۔ اور اگر گلٹی کان کے پاس یا گلے میں ہی تو علاوہ مذکورہ بالا علاج کے ایک دو بار چہرہ و گردن کو بھاپ کا غسل دیکر (صفحہ ۱۴۵ لغایت ۱۴۷) تب فرکیشن ہپ باتھ یا سٹز باتھ کریں + اگر گلٹی ران میں ہے تو پیڑو کے اسٹیم باتھ (صفحہ ۱۴۴ و ۱۴۵) علاوہ پورے جسم کے اسٹیم باتھ کے دینے مناسب ہونگے + پورے اسٹیم باتھ کے دن پیڑو کا اسٹیم باتھ علیحدہ نہ لیا جاوے۔ اگر گلٹی میں جلن معلوم ہوتی ہو تو اسکو وقتاً فوقتاً گرم پانی میں اونی کپڑا بھگوکر اور نچوڑ نچوڑ کر سینکتے رہیں اور باقی اوقات میں اسپر ٹھنڈے پانی کی گدی چند تہ کئے ہوئے کپڑے کی رکھکر اوپر سے کسی اونی کپڑے کا ٹکڑہ رکھکر کپڑے کی پٹی سے باندھ دیویں (سفید فلالین کا ٹکڑا بہتر ہوگا یا کسی دوسرے اونی کپڑے کا ٹکڑا) پٹی سخت نہ باندھی جاوے جس سے کہ اس مقام کے دوران خون میں فرق آوے + گدی کیلئے بارش کا پانی اگر ہو تو بہت عمدہ ہے بارش کے بعد آب کشیدہ یا گنگا جل اور پھر کنوین کا عمدہ شیرین پانی۔ سرد پانی کی گدی کو وقتاً فوقتاً تر کرتے رہیں۔ مگر گلٹی پھوٹ جاوے تو اس گدی کو دن میں کئی بار بالکل تبدیل کرنے کی ضرورت ہوگی۔ (ان پھٹا دن یا گدیوں وغیرہ کو جنمیں کہ گلٹی سے نکلا ہوا مواد لگ گیا ہے جلا دینا سب سے بہتر ہے) چند روز میں اس پانی کی گدی اور فلالین کی گدی اور دیگر غسلوں سے ہی گلٹی کا زخم اور گلٹی اچھی ہو جاویگی +

غذا[1]۔ بغیر بھوک لگنے کے مریض کو غذا نہ دیویں۔ اور جب دیویں تو سریع الہضم اور کم غذا دیویں +

[1] اسکے لئے ۲۱۰ صفحہ کے نوٹ ملاحظہ طلب ہیں + ۱۲

ملیریا بخار اور تپ و لرزہ کا علاج

(نوٹ مترجم)

یہ بخار خصوصاً تبدیل موسم پر و نیز دیگر موسمون مین بھی ہوتے ہین۔ اکثر جاڑہ لگ کر اور ہاتھ پاؤن سرد ہوکر بخار ہوجاتا ہے اور کچھ دیر بعد پسینہ آکر بخار اُتر جاتا ہے۔ کبھی کبھی روزانہ آتا ہے اور کبھی کبھی ایک دن چھوڑ کر یعنی تیسرے دن کا آتا ہے۔ ڈاکٹری مین آجکل یہ ثابت ہوگیا ہے کہ ملیریا کا زہر یعنی اسکے کیڑے جنکو **بے سلائی** کہتے ہین انسان کے جسم مین بذریعہ مچھر کی سونڈ کے داخل ہوتا ہے۔

اس ملیریا کی بے سلائی خون مین پہونچ کر بہت جلد ترقی پاتے ہین اور جاڑہ بخار چھوٹنے پر بھی کچھ نہ کچھ معمولاً خون مین رہ جاتے ہین + بہت سی حالتون مین تو اسکو **ہپ باتھ** **وسٹز باتھ** و **اسٹیم باتھ** سے آرام ہوجاتا ہے لیکن کوئی کوئی حالت ایسی بھی ہوتی ہے کہ جسمین مذکورہ بالا غسلون سے بھی بہت دنون تک جاڑہ بخار نہین چھوٹتا اور مریض کمزور ہوتا چلا جاتا ہے اور گھبراکر آخرش علاج تبدیل کرنے پر مجبور ہوجاتا ہے۔ یہ حالتین وہ ہوتی ہین جسمین زہر ملیریا کا بہت زیادہ موجود ہوتا ہے اور معدے مین خرابی دیرینہ ہوتی ہے ایسی **حالتون** مین خواہ ملیریا نیا ہو یا پُرانا علاوہ ہپ وسٹز باتھ کے **سن باتھ** اور کُل پیٹ پر **پینڈول مٹی** یا کسی دوسری **چکنی مٹی** کی

پٹی کا استعمال نہایت مفید ثابت ہوا ہے جسکا تجربہ مجھے خود اپنے اور دیگر مریضوں کی حالت میں کافی ہوچکا ہے - میرے نزدیک یہ بے خطا طریقہ ملیریا اور جاڑہ بخار اور نیز دیگر قسم کے بخاروں کے آرام کرنے کا ہے - سوائے اُس حالت کے جسمیں کہ مریض کی قوت حیات اسقدر کمزور ہوگئی ہے اور اندرونی اعضائے رئیسہ اسقدر خراب ہوگئے ہیں کہ غسلوں کے ذریعہ سے بھی اونمیں قوت نہیں بڑھتی -

بخار کی حالت مین مٹی کی پٹی کل پیٹ پر یعنی کل پیڑو پر ناف کے نیچے اور ۵ - ۶ - انگل ناف سے اوپر تک پیٹ پر اور ادہر اُدہر کوکھ تک ۳ - ۴ - ۵ گھنٹے تک رکھنی چاہئے - بہتر ہو کہ اس مٹی کی پٹی کو دو گھنٹے مین تبدیل کردیا کرین -

مٹی کی پٹی کے طیار کرنے کی یہ ترکیب ہے کہ پنڈول خشک یا چکنی مٹی کو باریک پیسکر سرد پانی مین مثل گاڑھی لپئی کے یا پولٹس کے بنا لیتے ہین اور ذرا باریک ٹاٹ کے ٹکڑے پر جو اتنا لمبا ہو کہ مریض کے کل پیٹ پر آجاوے - اس گیلے پنڈول یا مٹی کو آدھ انگل یا آدھ انچہ کے قریب موٹا اس طرح تو بہ (ٹکڑہ ٹاٹ پر) پھیلا دیتے ہین کہ قریب نصف انچ کے ٹاٹ چاروں طرف سے خالی رہے - بہتر ہو کہ اس مٹی کو پانی مین ملاتے وقت اونگلی کا استعمال نکرین بلکہ ایک لکڑی یا بانس کی صاف کی ہوئی کھپچی سے مٹی و پانی کو ملادین اور اوسی سے گیلی مٹی کو ٹاٹ کے ٹکڑے پر ہموار پھیلا دوین - اس مٹی کو ایک برتن مین بنانا چاہئے - بہتر ہوگا کہ خشک پنڈول یا چکنی مٹی اس غرض کے لئے باریک پیسکر کسی برتن مین پیشتر سے رکھ چھوڑین تاکہ استعمال کے لئے ہروقت طیار ملے +

مذکورہ بالا طریق مین مٹی کی لپئی تیار کرکے لپئی کی طرف سے پیٹ پر رکھدی جاتی ہے اور اوسکے اوپر پھر ایک ٹکڑہ فلالین کا یا کسی اور گرم کپڑے کا رکھدیا جاتا ہے لیکن یہ ٹکڑہ مٹی کی پٹی سے قدرے بڑا ہو - پھر اُسکے اوپر ایک کپڑے کی پٹی پیٹ سے باندہ دیجاتی ہے تاکہ مٹی کی پٹی اور گرم کپڑا اپنی جگہ پر قایم رہین کپڑے کی پٹی ملایمیت سے باندھنی چاہئے - سخت نہین باندھنا چاہئیے - ایسا کرنے کے بعد مریض کچھ کپڑا اوڑھ کر لیٹ رہے +

اس مٹی کی پٹی کو گرم پانی مین طیار کرکے بھی لگا سکتے ہین اور گرم کرکے بھی لگا سکتے ہین -

اس مٹی کی پٹی کے بہت فائدے ہین۔ اس سے پاخانہ پیشاب اور ریح آتی ہے اور پیٹ ہلکا ہو جاتا ہے
اندرونی بیجا گرمی کو کھینچتی ہے اور گھبراہٹ کو کم کرتی ہے اور آنتون کے اندر سے خشک مادہ کو تر کرکے
نکالتی ہے۔ بخار کی حالت مین علاوہ مٹی کی پٹی کے فریکشن ہپ دسٹز باتھ باری باری سے دین
یا محض ایک ہی قسم کے سرد غسل دینے سے بھی فائدہ ہو جاتا ہے۔

بخار کی حالت مین یہ بہتر ہوگا کہ بخار کو ایک دن نیچر پر چھوڑ دین صرف مٹی کی پٹی ہی لگا دین۔ اور بخار
اترنے پر یا کم ہونے پر ہپ یا سٹز باتھ دیدین۔

اگر بخار کا بہت زور ہی اور مریض کو تکلیف زیادہ ہے اور اندیشہ ہے کہ بخار کے زور کی وجہ سے نقصان پہنچیگا ہو
تو چاہیے کہ فوراً ایک اسٹیم باتھ دیکر ہپ باتھ دیدین۔ کبھی محض ہپ باتھ سے بھی فوراً تسکین خاطر
اور افاقہ ہونا ممکن ہے۔ ازالہ مرض کے لئے علاج کچھ دنون تک جاری رکھنے کی ضرورت ہوگی +

بخار اترنے یا کم ہونے پر ہپ باتھ یا سٹز باتھ دینا چاہیے اور اول ہی جب موقعہ ملے تو بخار اترنے پر
ایک سن باتھ دینا چاہیے۔

سن باتھ خاص خاص حالت مین تیز بخار کی حالتمین بھی دیا جا سکتا ہے۔ خصوصاً جبکہ اور طریق سے بخار مین کمی نہین
ہوئی ہے تو بخار کی حالتین بھی سن باتھ احتیاط کے ساتھ دیا جا سکتا ہے لیکن ایسی حالت مین مناسب ہے کہ کسی
واقفکار علاج کے مشورہ سے ایسا کرین۔ سرد موسم مین اور سرد ملکون مین سن باتھ ایک سے ۱½ گھنٹہ تک دیا
جا سکتا ہے مگر گرم موسم مین اور گرم ملکون مین کم وقت کا دینا چاہیے جسقدر کہ مریض برداشت کر سکے۔

ملیریا اور جاڑہ بخار کے مریض کی حالتین اور اس حالتمین جسمین کہ مریض کے پیر سرد رہتے ہون۔ یہ بہتر ہوگا کہ
پیرون پر بھی گھٹنے تک سبز پتے سن باتھ کے وقت رکھدیدین + بعد سن باتھ کے ایک ہپ باتھ ۱۵-۲۰ منٹ
یا نصف گھنٹے تک کا بلحاظ قوت مریض کو دیوین اور ۴-۵ گھنٹے پیچھے ایک سٹز باتھ ۲۰-۲۵ منٹ کا
اور دیوین + بھوک لگنے پر دودھ پھل۔ منقی۔ اور سادہ طریق مین طیار کیا ہوا ساگ پات دیوین۔ روٹی وغلہ نہ دین
اسطرح عمل کرنے سے امید ہی کہ ملیریا و جاڑا بخار دوسری بار نہ آویگا۔ لیکن کسی دن تک خالی دن پر یعنی
اس روز جو کہ جاڑا بخار آنے کا دن نہین ہے سن باتھ دیا کرین جسکے بعد کہ ہپ باتھ یا سٹز باتھ بھی ضرور دیا جائے

اور بخار کی باری کے دن سٹز باتھ وہیپ باتھ باری باری سے یا محض سٹز باتھ دیوین اور اُس دن بخار جاڑہ کے وقت ٹلنے تک کوئی غذا نہ دیوین۔ اگر بھوک لگے تو پھل وسبز ترکاری یا دودہ دین غلہ و روٹی نہ دین۔ دو تین باری ٹلنے پر روٹی و غلہ دے سکتے ہین۔ اگر ایک باری پر جاڑا بخار نہ چھوٹے تو مذکورہ بالا طریق پر علاج کرتے رہین امید قوی ہے کہ بفضل الٰہی ضرور آرام ہوگا۔

جن بعضون مین ملیریا بخار کا زہر زیادہ دنون کا موجود ہوتا ہے اور تلّی اور جگر بڑھ جاتے ہین اونکی حالت مین علاج زیادہ عرصہ تک جاری رکھنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ اوسکا پرانا بخار کئی کئی بار اُکھڑ اُکھڑ کر دوران علاج مین باہر آتا ہے اور تب مریض کو اُس سے نجات ملتی ہے۔ ایسے مریضون کو مایوس نہین ہونا چاہیئے بلکہ علاج جاری رکھنا چاہیئے تب ہی شفا ہوسکتی ہے + جاڑہ بخار چھوٹنے کے بعد بھی ہفتہ عشرہ علاج اور جاری رکھنا چاہیئے +

مٹی کی پٹی امراض معدہ وامعاین جیسا کہ سخت قبض۔ درد شکم و پیٹ کے اپھارے کی حالت مین بہت مفید ثابت ہوئی ہے۔ اگر آنتون مین مادہ خشک ہوکر رکاوٹ پیدا ہوگئی ہے تو بھی اس مٹی کی پٹی کو (ٹھنڈا یا گرم کرکے) بار بار تبدیل کرکے لگانے سے اور ہیپ باتھ و سٹز باتھ یا محض ہیپ باتھ چند بار دینے سے وہ رفع ہوسکتی ہے۔ پلیگ مین مٹی کی پٹی وہیپ باتھ وسَن باتھ وغیرہ مفید ہونگے۔

جن صاحبون کو یہ شک ہو کہ بغیر دوا کے مختلف مرضون کی بے سلائی جسم مریض سے کیسے نیست و نابود ہوسکتی ہے وہ اس امر پر غور کرین کہ آفتاب کی گرمی اور اوسکی شعاعون کے اثر سے دنیا مین کیسے کیسے زہریلے کیڑے نہین مرسکتے ہین اگر آفتاب کی دہوپ کے اثر سے مرض طاعون کے کیڑے دہوپ مین پھیلا کر صاف کئے جاسکتے ہین تو کیا مریض کے جسم پر آفتاب کا اثر بذریعہ سن باتھ ڈال کر اوسکے خون کے اندر بیماریون کے کیڑے مارے نہین جاسکتے ؟ جب آفتاب کے اثر سے مختلف نباتاتی ادویات مین مختلف قوتین پیدا ہو جاتی ہین اور قدرت کے بے شمار اجسام مین جان پڑجاتی ہے اور قوت حیات بڑھ جاتی ہے تو کیا آفتاب مین خود یہ اثر موجود نہین ہے کہ وہ امراض کے کیڑون کو مار سکے ؟ جب خاک۔ باد۔ آب اور آتش آفتاب سے ہی تمام اشیا اس دنیا مین پیدا ہوتی ہین تو کیا یہی اربعہ عناصر اس جسم خاکی کو تندرستی عطا نہین کرسکتے ؟

حضرات ناظرین ! اگر آپنے حصۂ اول کتاب نیا علم شفا بخشی سمجھ کر مطالعہ کیا ہے تو ان باتون پر غور کرنے سے جواب بھی آپ کو خود بخود ہی مل جاوے گا + + + + + مترجم

جذام یعنی کوڑھ

جذام - یعنی منطقہ حارّہ (بے حد گرم ملکون) کی بلا کو تو ہم اس اپنے معتدل آب ہوا[1] مین بہت ہی کم خیال مین لاسکتے ہین + اس مرض کے مبتلا ہمیشہ شکار اجل بنتے رہے ہین - کیونکہ اس مرض کا کوئی علاج معلوم نہین ہوا تھا - جملہ دیگر انسانون سے علیحدہ کئے جاکر اکثر کسی جزیرہ یا خاص اسپتال مین مقید رکھے جاکر - ایسے لوگ[2] اپنے خوفناک انجام کو پہونچنے کے انتظار مین چھوڑ دئے جاتے ہین + تمام جذامی بوجہ خوف چھوت اپنے کنبے سے جدا کر دئے جاتے ہین - اپنے وطن سے جلا وطن کئے جاتے ہین - اور کسی دور کی جگہ مین اپنی تقدیر پر چھوڑ دئے جاتے ہین - یہ ہی بڑی بات ہے کہ اونکو کھانا وقتاً فوقتاً پہونچا دیا جاتا ہے - مگر علاوہ اسکے ہر قسم کا تعلق اونسے ترک کیا جاتا ہے +

معتدل آب ہوا کے ملکون مین جذام شاذ و نادر ہی پایا جاتا ہے + جو اسباب کہ گرم ملکون مین جذام پیدا کرتے ہین وہی اسباب معتدل ملکون مین خصوصاً گٹھیا اور استسقا - پیدا کرتے ہین + جیسے کھجور کا درخت گرم ملکون مین ہی اور بلوط کا درخت معتدل آب ہوا مین

[1] مراد ہے ملک جرمن سے جہان کا مصنف رہنے والا ہے +

[2] یعنی جذامی لوگ + ۱۲

فروغ پاتا ہے حالانکہ وہی سورج۔ وہی پانی۔ اور زمین بھی وہی ہے۔ اسی طور سے جذام گرم آب و ہوا کی پیدایش ہے +

ہم لوگ تر یعنی بہتا ہوا جذام اور خشک جذام میں فرق کرتے ہیں +

حالت اول الذکر میں جسم اکثر برسوں تک بتدریج سڑا کرتا ہے جسکے ساتھ ہی بیحد تکلیف ہوتی ہے + مرض بلا رکنے کے بڑھتا رہتا ہے یہانتک کہ جب بہت ہی ترقی کر جاتا ہے تو موت ہی نجات بخشتی ہے +

خشک جذام میں مثل جذام قسم اول کے ہاضمہ میں دمبدم خرابی بڑھتی ہے اور اسی کے ساتھ سیاہ سڑے ہوئے دھبے جسم کے آخری سروں پر خصوصاً ہاتھ اور پاؤں پر رفتہ رفتہ ہو جاتے ہیں + یہ ایک یقینی پہچان ایک بہت اونچے درجہ کے اندرونی بخارکی ہے + تب گوشت نذار دہونے لگتا ہے۔ اول اونگلیوں کے پوروں کا اور بعد اسکے جسم کے دیگر حصوں کا۔ یہانتک کہ ننگی ہڈیاں اور ننگے پورو سے باقی رہ جاتے ہیں + جسم مثل ایک درخت کے خشک ہو جاتا ہے اور ممیائی کی شکل ہو جاتا ہے + گوشت برابر دور ہو جاتا ہے حتی کہ بدقسمت مصیبت زدہ جذامی لوگ مثل ہڈیوں کی ٹھٹھری کے معلوم ہونے لگتے ہیں اور بیحد کمزوری کی وجہ سے مر جاتے ہیں +

درحقیقت جذام کا سبب بھی وہی ہے جو کہ تمام دیگر امراض کا۔ یعنی جسم میں مادہ فاسد کا بار + یہ کیا تو موروثی ہوتا ہے۔ یا خلاف قدرت زندگی بسر کرنے سے حاصل ہوتا ہے + اس مرض کی اصلی جگہ پیڑو میں ہے۔ یا آلات الہضم میں ہے۔ جو کہ غیر معمولی حالت میں ہو جاتے ہیں + بیحد گرم ملکوں کی سڑی گرمی جو کہ تمام کارروائی سڑن کو ترقی دیتی ہے جسم کے اندر کے

لہ مراد اس مردہ سے ہے جو کہ مصالحہ جات کے ذریعہ سے صدیوں اپنی اصلی حالت میں بغیر سڑے ہوئے قایم رکھا جاتا ہے ملک مصر میں مردوں کو اسی طور سے دفن کیا کرتے تھے پرانی قبروں میں سے اب بھی ایسے مردے نکلے ہیں +

مادہ فاسد مین بھی قدرتاً بہت تیز سڑن پیدا کرتی ہے + یہ مادہ فاسد بہت زور کے ساتھ جسم کے آخری سرون کی طرف بھیجا جاتا ہی جہانکہ یہ اندرونی دباؤ کی وجہ سے سخت حالت مین ہوجاتا ہے + اس قسم کے مادہ کے بہت زیادہ جمع ہوجانے سے زندگی کے پہونچانے والے وہ اعصاب جوکہ ان آخری سرون تک گئے ہین بالکل رک جاتے ہین اور پس اپنا کام اصلی آیندہ نہین کرسکتے۔ اس طریق پر جذامیون کے ہاتھ پیرون کا بےحس ہوجانا سمجھ مین آتا ہے۔ ایسے مریض ایک بہت اونچے درجہ کے اندرونی بخار مین مبتلا رہتے ہین حالانکہ باہر کی جانب ایک قسم کی ٹھنڈک معلوم ہوا کرتی ہے + خشک جذام مین یہ سبب ہملیت مین اس اندرونی بےحد گرمی کی وجہ سے خشک ہوجاتے ہین۔ کیونکہ بوجہ کمزور ہاضمہ کے باوجود اُن کھانون کے جو معمولاً غذائیت پہونچانے والے کہلاتے ہین مریض کے لیے یہ غیر ممکن ہوجاتا ہے کہ واقعی اُس کو قوت پہونچے + یہ سچ ہے کہ غذا جسم سے ہوکر گذرتی ہے لیکن مریض باوجود اُن تمام چیزون کے جو کہ وہ کھالیتا ہے۔ بھوکا رہتا ہے[۱] + اس موقع پر ہم صاف طور سے دیکھتے ہین کہ وہ شئے جو کہ جسم کو پرورش کرتی ہے اور اس کو قایم رکھتی ہے نہ تو وہ ہے جو کہ کوئی شخص نوش ہی کرلیتا ہے اور نہ وہ شے ہے جسمین کہ نئے خیالات کے موافق وہ تمام اجزا شامل رہتے ہین جنسے مل کر کیمیکل اناسس[۲] کی رو سے جسم انسانی بنا ہے۔ بلکہ وہ[۳] صرف ایسی غذا ہے جو کہ واقعی جسم ہضم کرسکتا ہے + تر جذام مین سڑن اُسی قسم کی ہوتی ہے جیسا کہ استسقا مین۔ کیونکہ اس مرض مین بھی جیسا کہ تجربہ بتلاتا ہے

---

[۱] یعنی جسم کو غذا نہین لگتی ہے + ۱۲

[۲] وہ طریقہ جس سے کہ ہر شئے کے اجزا جنسے کہ وہ مل کر بنتی ہین جدا جدا کر لیے جاسکتے ہین + ۱۲

[۳] یعنی وہ شئے جو کہ جسم کو پرورش کرتی ہے اور اُس کو قایم رکھتی ہے وہی غذا ہے جو کہ جسم ہضم کرسکتا ہے + ۱۲

پانی پیدا ہونے کے قبل ایک اندرونی حالت سڑن کی اکثر برسوں تک رہتی ہے۔
پس سڑن ایک معنی کر کے ان کارروائیوں کی جو کہ جاندار جسم میں ہوتی رہتی ہیں آخری
حالت جانتی چاہیئے۔ علاوہ ازین تر جذام میں ایک قسم کی رطوبت کی سڑن بھی ہوتی ہے
اگرچہ شکل میں وہ استسقا کی رطوبت سے مختلف ہوتی ہے۔ پس مریض ساکن ہیٹو یا کی
حالت میں مرض کا طریقہ بہت ہی دلچسپ ہے (جیسا کہ پہلے ذکر ہو چکا ہے اُن کو دل کا مرض
استسقا اور جذام سب بادیگرے ہوئے تھے) اُن سے بہت صاف طور پر یہ تمام
خرابی کی کارروائیاں ظاہر ہوتی ہیں۔ اگرچہ جذام ہمارے مُلک میں اس حالت میں
نہیں ملتا جیسا کہ بے حد گرم مُلکوں میں، تاہم بعض وقت حالتیں نہایت قریب اُسی کے
مشابہ ہم کو مل سکتی ہیں۔ مرض سل خصوصاً خاصیت میں اسکے بہت ہی مشابہ ہے۔ اس آخرالذکر
میں جسم خاصکر سرد مُلکوں میں۔ مادہ فاسد کو ہمیشہ ایسی تیزی کے ساتھ جسم کے باہر کی
طرف نہیں بھیجتا جیسا کہ مرض جذام کی حالت میں گرم مُلکوں میں۔ مادہ فاسد جو جسم کے
اندر موجود ہوتا ہے وہ سڑنا شروع ہو جاتا ہے اور پھیپھڑوں کو یا اندرونی دیگر اعضا کو
زائل کرنے لگتا ہے۔

جذام کے علاج کے بارے میں علم ڈاکٹری صاف دل سے اس امر کو قبول کرتا ہے
کہ اسکو کوئی علاج اسکا معلوم نہیں ہے۔ یہ بخار کی خاصیت سے ناواقف ہے اور جذام کو
ایسا مرض نہیں جانتا جسکا تعلق بخار سے ہے۔ جذام کو صرف تب ہی شفا ہو سکتی ہے جبکہ
بخار کا علاج کیا جاوے اور مادہ فاسد جسم سے خارج کر دیا جاوے۔ جبکہ ایسا کرنا ممکن نہیں ہوتا

---

[1] دیکھو حال اس مریض کا صفحہ ۴۰۹ سے ۴۱۳ تک ۱۲　[2] یعنی مرض سل میں۔ ۱۲

[3] مراد ہے اُس علم سے جس میں بذریعہ ادویات کے معالجہ ہوتا ہے۔

تو شفاے کُلّی کی امید بھی نکرنی چاہیئے۔ مگر حالت ہین ایک قسم کا افاقہ ہی زائد از زائد ہم حاصل کر سکتے ہین +

ادویات کے ذریعے علاج سے جسم کو زیادہ تر نقصان پہونچتا ہے بمقابلہ اسکے کہ خود مرض سے (نقصان پہونچے) اس بات کی سچائی کا عمدہ ثبوت مریض مُلک ہیلیو یا کے (جسکا حوالہ صفحہ ۳۰۹ لغایت ۳۱۲ پر دیا گیا ہے) ۔پورے شفا یابی سے اور کیا زیادہ ہو سکتا ہے + یہان پر ہم یہ بات دیکھتے ہین کہ اس مریض مین جذام کے بے معلوم و بیکار کیڑے (بے سلائی) جنکی موجود گی بلا شبہ ایک ماہر مرض جذام نے تحقیق کی تھی کسی طریقہ سے اُن علاجون کے ذریعہ سے جنکا استعمال کہ اوسنے کیا تھا دُور نہ ہو سکے تھے یعنی نہ تو زہریلی ادویات کے ذریعے سے نہ کسی دوسرے ذریعہ سے +

اسکے ساتھ مقابلہ کیجیے اُس عمدہ کامیابی کو جو میرے طریق علاج سے حاصل ہوئی تھی جس نے کہ جذام کے تمام بے معلوم کیڑے کلیتاً دُور کر دئے اور جسکی کہ اوسی طبیب نے صداقت دی ہے + اس مرض مین شفا صرف غیر محرک غذا اور میرے ایجاد کئے ہوئے فریکشن باتھ کے ذریعے سے ہی ہو سکتی ہے + لیکن شدرتاً مریضون کو صرف جب ہی شفا ہو سکتی ہے جبکہ ہاضمہ اور جسم کا فضل اس قابل ہے کہ اونکو ترقی دی جا سکے اور جبکہ قوت زیست کافی موجود ہے +

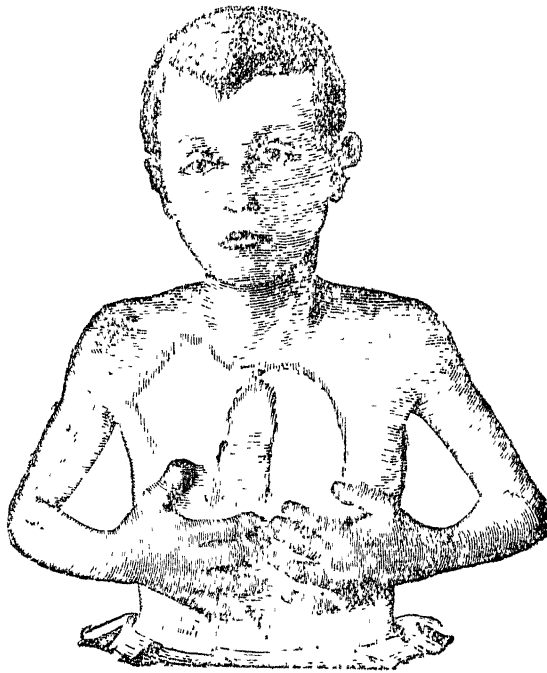
یہ بھی بہت صاف طور سے دکھلایا گیا ہے کہ میرے طریق علاج مین بوجہ چھوت جذامیون سے مرض کے لگ جانے کا خطرہ نہین رہتا + یہ بات خاصکر اونکے لئے جو کہ چھوت سے ڈرتے ہین بہت ہی ضروری ہے + صرف یہی ضروری ہے کہ قدرتی طریقہ معاشرت کی پیروی کرین اور جسم کو قوت اور تازگی میرے غسلون کے

ذریعہ سے پہنچاوین جو کہ جسم کو اندر سے تمام مادہ فاسدہ سے صاف کردیتے ہین +
تب سے لوگ یہ نہ ہونگے کہ عفونت کے خطرہ سے محفوظ رہینگے بلکہ اپنی عادت تندرستی
جسمانی اور دماغی قابلیت کو ہر طرح سے برباد کرینگے +

یہ بات کہ پیٹنٹ طبابت[ل] شفا دینے کے قدرتی وسائل کی قدر نہ کرنے سے کس قدر کم درجہ کی ہے
اس امر سے ظاہر ہوگی کہ ڈاکٹر لوگ اپنے مریضون کو ان کے کمرون مین کس احتیاط کے
ساتھ کھڑکیان بند کرکے رکھتے ہین۔ اور بہت ہی کوشش اس امر کی کرتے ہین کہ کہین تازی
تازہ ہوا خصوصاً شب کے وقت کمرے مین نہ جانے پاوے + جس قدر کہ یہ لابدی ہوتا ہے
کہ مریض کے کمرے کی ہوا جذامیون کے بخارات سے اور مادہ فاسد کی سڑن سے بہری
ہوئی رہتی ہے۔ چنانچہ یہ کوئی تعجب کی بات نہین ہے اگر ایسی حالتون مین جذام
متعدی ثابت ہو +

قبل اسکے کہ مین مریضان جذام کے آرام ہو جانے کا ذکر کرون اس موقع پر مختصراً
وہ نسخہ بتلاؤنگا جس مین کہ ہر شخص یقیناً اپنے کو جذام سے محفوظ رکھ سکتا ہے۔ نیز
دیگر امراض سے مثلاً بہ صورت ترائین کے اور موسمی بخارون سے۔ بس خراب سے خراب
مریضون مین بھی مرض کی راہ مین کوئی خطرہ واقع نہوگا۔ اور صرف بہت ہی تھوڑی ابہری
واقع ہوگی + جیسا کہ ذکر ہو چکا ہے کہ وہ اشخاص جن کا رجحان طبیعت ان امراض کی طرف
ہوتا ہے یعنی جنہین کہ مادہ فاسد کا بار بہت ہی زیادہ ہے۔ وہی اشخاص اس مرض مین
مبتلا ہو سکتے ہین +

ل مراد ان طریق علاج سے جنہین کہ ادویات کے استعمال سے مرض کو آرام کرتے ہین + ۱۲

ہر ایک جوش دلانے والی وجہ اجتماع مادہ فاسد پیدا کرنا اثر ڈال کر اس میں از سر نو
سڑان (کیو ڑسے ہوکرانی سس) پیدا کرتی ہے اور جان خطرے میں ڈالتی ہے +
ایسے مرض کی طرف رجحانِ طبیعت برسوں قبل میرے سائنس آف فیشل ایکسپریشن
کی مدد سے جانا جا سکتا ہے + لیکن وہ بھی جنھوں نے اس علم کو مطالعہ نہیں کیا ہے اس

تصویر ۱ - (عمر ۱۵ سال)

رجحانِ طبیعت کو کچھ حد تک جان سکتے ہیں - ہماری بہت بڑی عاقلہ ما در نیچر نے ہم کو
اس غرض کے لئے ایک سچا آلہ بخشا ہے - (لیکن جس کا استعمال بدقسمتی کی بات ہے کہ
بہت سے لوگ نہیں جانتے) یعنی ہماری عقلِ حیوانی + قدرتی عقل حیوانی اُن سب لوگوں
میں جنمیں کہ مادہ فاسد کا بار موجود ہے ایک قسم کا بے اختیاری ڈر - ایک مخفی ہیبت -

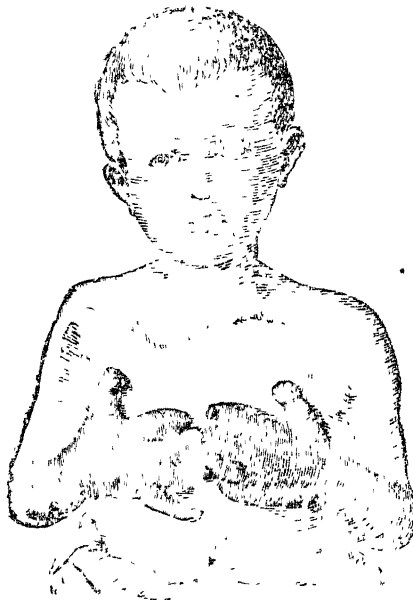
اس قسم کے امراض کی چھوت کا جھٹلا دیتی ہے بشرطیکہ وہ لوگ اب بھی کچھ موافقت نیچر سے رکھتے ہون +

بعد ان عام بیانات کے اب مین جذام کی اس کیفیت کا ذکر کرونگا جو تین لڑکون کی ہوئی جو کہ بعد اسکے کہ اونکو ڈاکٹران برلن نے جواب دیدیا تھا۔ میرے زیر علاج آتے +

تصویر ۲ (عمر ۱۳ سال)

ان تین لڑکون (عمر ۹-۱۳-۱۵ سالہ) کے علاج نے مجھے ایک موقع میرے طریقہ علاج کی فضیلت ثابت کرنے کا دیا۔ زیادہ تر اس وجہ سے بھی کہ پرانے اطباے اونکے شفا یعنی اچھا کرنے مین اپنی پوری ناقابلیت کا اقبال کرلیا تھا + ممکن ہے کہ ان مریضون کی طرف عوام کی توجہ مایل ہووے اس غرض سے مین نے سات فوٹو

(عکسی تصویر) ان لڑکون کی کھچوائی تھین +

ان بیچارے بچون کی حالت جبکہ مینے اونکا علاج شروع کیا ازحد قابل افسوس تھی ہاتھون مین اونگلیون کے سرے اور بعض اونگلیون کے دوسرے پوروے بھی گل کر دور ہو گئے تھے + بقیہ پوروے اونگلیون تک بہت پھولے ہوئے تھے اور قریب قریب

تصویر ۳ - (عمر ۹ سال)

گرنے کو طیار تھے جیسا کہ تصاویر ۴ و ۵ سے واضح ہوگا + سب سے چھوٹے بچے کے دہنے ہاتھ کی انگشت شہادت گلنے لگی تھی - اُس سے دو بڑے لڑکون کے پاؤن اس سے بھی زیادہ ہیبت ناک شکل مین تھے (دیکھو تصاویر ۶ و ۷) + وہ سب محض بے شکل کے جسم تھے جو کہ مادہ فاسد سے بہت زیادہ بھرے ہوئے تھے +

کئی جگہ مین گھاؤ کا ہونا شروع ہو گیا تھا اور زخمون سے جو کہ بہت سے ہڈی تک پہونچ گئے تھے پیپ نکلتی تھی + ہاتھ اور پیر بازو اور ٹانگ سے کہنی اور گھٹنے تک علیحدہ علیحدہ تمام سن ہو جاتا رہا تھا + شہر برلن کے ایک طبیب نے اعضا کی حسّ کی مقدار کو دریافت کرنے کی غرض سے ہاتھ اور بازو کو اس جگہ تک جہانکہ درد معلوم ہوا ایک

تصویر ۴ - (تصویر ۳ کے ہاتھ)

بڑی سوئی سے چھید ڈالا تھا + درد کہنی پر معلوم ہوا تھا + یہ واقعی ایک عجیب[1] غریب کامیابی تھی - ! لڑکون کی حالت ایسی زیادہ خراب تھی کہ فوٹو گراف (عکسی تصویر) بھی اسوقت تک نہ کھنچ سکی جب تک کہ علاج کو تین ہفتے نہو گئے جسمین کہ اونکی حالت واقعی بہتر ہو گئی + مرض کے سبب سے خراب درجہ کی تصویر کھینچنا بالکل غیر ممکن تھا +

[1] یہ طنزاً کہا گیا ہے + ۱۲

دو یا تین فریکشن سٹز باتھ روزانہ۔ فریکشن ہپ باتھ بھی اکثر اوقات۔ اور قدرتی غذا۔ کشادہ میدان میں کافی محنت اور پسینہ کا نکالنا۔ یہی باتیں علاج میں شامل تھیں۔ اس علاج میں اثر قابل تعریف تھا۔ اگرچہ علاج کے شروع میں ہوں کے

تصویر ۵ (تصویر ۴ کے ہاتھ)

جسم سے نکلے ہوئے بخارات بہت ہیبت ناک تھے۔ مگر وہ ان علاج میں دو یا تین ہی ناقابل برداشت ہو گئے تھے۔ مرض کی وجہ بہت ہی تھی + جسم کے اندر کا مادہ فاسد حرکت میں آ کر باہر جانے کے لئے راستہ پانے کی کوشش کرتا تھا + اور غسل لینے کے

غسل لینے کے وقت مین یہ حالت قابل لحاظ تھی +
صبح کے کھانے مین یہ چیزین تھین - یعنی بغیر چھنے[1] ہوے آٹے کی خشک روٹی
ہمراہ چند سیب کے - اور شام کا کھانا یہ تھا - یعنی آٹے سے بنی ہوئی غذائین -
ترکاریان اور دال - محض پانی مین بہت ہی تھوڑے گھی اور نمک کے ساتھ پکی ہوئین +
جملہ قسم کے گوشت - شوربہ - اور اسی قسم کی اور اشیا کی قدرتاً ممانعت کی گئی تھی +
کھانا[2] جس قدر گاڑھا پک سکتا تھا پکایا جاتا تھا اور ہمیشہ بلا چھنے ہوئے آٹے کی روٹی
کے ہمراہ کھایا جاتا تھا - صرف تازہ پانی ہی پینے کو ملتا تھا +
دو ہفتے کے اندر ہی پیرون کے کشادہ زخمون کا بہنا بند ہوگیا - اور اندر سے باہر کی
جانب زخمون کا اندمال ہونے لگا + دونون بڑے لڑکون مین ہر ایک کے اسوقت بھی ایک

---

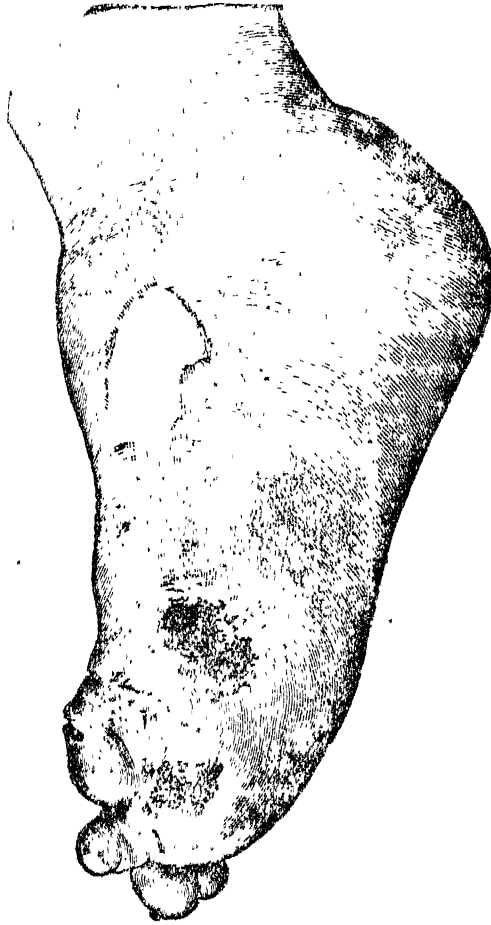
[1] مراد ہے اس آٹے سے جو مع چھلکے غلہ کو پیسکر حاصل ہوتا ہے - کیونکہ
غلہ کا چھلکا علیحدہ کرکے بھی بقیہ حصہ کا آٹا بنا سکتے ہین جس کو سوجی کہتے ہین -
ثابت غلہ بھی جو پیسا جاوے تو اوسکے آٹے کی بھوسی علیحدہ نہ کیجاوے +
[2] مطلب ہے کہ دال - ترکاریان اور دیگر اشیاء مثل دلیا یا آٹے کی لپسی وغیرہ
جس قدر گاڑھی ہوسکتی تھین پکا کر روٹی کے ساتھ کہائی جاتی تھین - گاڑھی حالت
مین کھانے سے منہ مین زیادہ چبائی جاتی ہین اور بس زائد لعاب منہ سے مل کر پیٹ مین
جاتی ہین اور ہضم بھی بس زود تر ہوتی ہین + ۱۲

بڑا زخم تھا جو کہ اگلے مہینے کے دوران میں بھر گیا۔ دورانِ علاج میں ہاتھوں میں بھی ایک قابل لحاظ تبدیلی واقع ہوئی۔ خاصکر انگلیوں میں جو کہ علاج کے دوسرے مہینے میں ہی نیلی پڑنے لگی تھیں۔ جیسا کھال میں شکنوں (جھرّیوں) کے پڑ جانے سے صاف دیکھا جا سکتا تھا + مادہ فاسد نے ٹھیک ٹھیک اوسی طریقے میں جسمیں کہ یہ پیشتر جسم کے آخری سروں میں گیا تھا اب بیڑو کی طرف واپس ہونا شروع کیا۔

تصویر ۶۔ (تصویر ا۔ کا پیر)

اِس بات کو مریضوں نے ہاتھوں۔ بازوں۔ پاؤں اور ٹانگوں (خصوصًا جوڑوں) میں کھنچنے والے دردوں کے ہونے سے صاف طور سے معلوم کر لیا +

میرے علاج شروع کرنے کے وقت سب سے بڑا لڑکا وہ جوتی جو اوسکے لئے خاصکر بنوائی گئی تھی۔ نہیں پہن سکتا تھا۔ بعد چار ہفتہ علاج کرنے کے وہ چمڑے کی

معمولی جوتی پہننے کے قابل ہوا + آخرش بے حس اعضا مین صحیح قوتِ لامسہ واپس آگئی
عمدتاً یہ نتیجہ ہاضمہ کے اصلاح پر آجانے سے ہی ممکن ہوا تھا +

تصویر ۷- (پیر تصویر ۲ کا)

میرے پاس آنیکے وقت لڑکون کو مشکل سے ہی کچھ بھوک لگتی تھی لیکن میرا علاج شروع کرنیکے بعد
ایک ہفتہ کے اندر ہی اونکو کھانے کے لئے غذا کافی نہ ملتی تھی + گویا اونکا ہاضمہ

از سرِ نو زندہ ہو گیا +

ان تینوں لڑکوں کی حالت اسوقت ایسی تھی کہ اونکی پیشتر کی حالت سے اوسکا مقابلہ ہی نہین کیا جا سکتا + بیچارے بچے جو کہ یقینی موت کے پنجے مین جا چکے تھے اب خوش اور بشاش ہین +

بہر حال ان واقعات سے یہ معلوم ہوتا ہے کہ جذام کو جسکو عام طور سے لاعلاج سمجھتے ہین میرے طریق علاج سے شفا ہو سکتی ہے جیسا کہ ملک جاوا کے مریض کے آرام ہو جانے سے ثابت ہو گیا ہے۔ جسکا حوالہ صفحہ ۳۰۹ لغایت ۳۱۲ پر دیا گیا ہے +

علاج مین جو کامیابیان حاصل ہوئی ہین اونکی تقویت پر مین بلا کسی پس و پیش کے یقیناً دعوے کر سکتا ہون کہ جذام کا بھی وہی مشترکہ سبب ہے جو کہ تمام دیگر امراض کا + صرف اُن جذامیون کو آرام نہین ہو سکتا جنکا مرض بہت ہی بڑھ گیا ہے یعنی جس حالت مین کہ اعضائے رئیسہ زائل ہو گئے ہین۔ ایسے بدقسمت لوگون کو بھی میرا علاج بہرکیف آرام[1] پہونچاوے گا اور بلا تکلیف اور شادمانی کے ساتھ اونکی موت ہو سکے گی +

---

[1] یعنی اونکی تکلیف کم کرے گا نہ کہ شفا بخشے گا + ۱۲

کھجلی مختلف قسم کے کیڑے گینڈوے چیچڑے ساٹیس[1]
(جون[2] وغیرہ) آنت کا اوتر نا

اس موقعہ پر ہمنے چند بیماریون کو ایک ہی سنگ رکھا ہے جنکا مشترکہ سبب ایک ہی ہے خواہ ظاہری علامات مین اونمین آپس مین کتنا ہی اختلاف کیون نہو + ایسی شہادتون سے جنکی تردید نہین ہوسکتی (مثلاً وہ شفا یابیان جو ایسی بیماریون مین میرے بہت دنون کے مطب مین حاصل ہوتی ہین) مضبوط ہو کر مین اس[3] بات کو کہتا ہون + جب ہم خارش اور اوسی کے تعلق کی دوسری بیماریون کا علاج کرین تو اول ہم کو صاف طور سے جاننا چاہئے کہ خارش کیسے بڑہتی ہے اور اوسکی اصلیت کیا ہے +

یہ بات بہت اچھے طور سے جانی ہوئی ہے کہ ایک گرم دن - موسم بہار مین (وہ موسم سال کا جبکہ نیچر زیادہ سے زیادہ قوت نسبت پیدا کرتی ہے) درختون کے سبز اور تازہ

---

[1] ان جاندارون سے مراد ہے جو کہ دوسرے جاندار کے جسم پر یا اوسکے اندر رہ کر اُس سے اپنی غذا لیتے ہین مثلاً پیٹ کے اندر کے گینڈوے وغیرہ مختلف قسم کے کیڑے اور جون وغیرہ +

[2] جون بنون غنہ جو انسان کے سر کے بالون اور پہننے کے کپڑون مین میں سے پیدا ہوجاتی ہین + ۱۲

[3] یعنی کہ ان سب بیماریون کا بھی ایک ہی مشترکہ سبب ہے +

پتیوں پر ہزار ہا کیڑے پیدا کر دینے کے لئے کافی ہے + اور اُن خوبصورت تازہ پتیوں کو اپنی آنکھوں کے سامنے کھائے جاتے دیکھ کر ہمکو افسوس تو بہت ہوتا ہے لیکن ہم اوس کو روکنے مین لاچار ہین + اسکے بعد ایک ٹھنڈی شب آتی ہے اور تمام کیڑے بالکل دُور ہو جاتے ہین ایسے یکبارگی غائب ہو جاتے ہین جیسے کہ دفعتًا وہ نمودار ہوئے تھے + ایک ہی رات مین حرارت کم ہونے سے نیچر نے وہ کام کر دیا جو ہمسے ہونا غیر ممکن تھا + اور تمام پیرے سائیٹس (وہ کیڑے جو ایک چیز خواہ جسم کے اندر پیدا ہو کر اوسی سے پرورش پاتے ہین) ایک سے ہی قدرتی قوانین کے تابع ہین +

ان خیالات سے ہمکو یہ نتیجہ نکالنا چاہیئے کہ **خارش کے کیڑے۔ پیٹ کے اندر کے کیڑے۔ جوئن اور دیگر پیرے سائیٹس** (یعنی ایسے ہی کیڑے جو جسم سے پیدا ہو کر اوسی پر زندگی بسر کرتے ہین) تب ہی زندہ رہ سکتے ہین جب کہ اونکو غذائیت حاصل کرنے کا مناسب ذریعہ ملتا ہے + ایسا ذریعہ صرف اوس جسم سے مل سکتا ہے جو کہ بیمار ہے یعنی جسمین کہ مادۂ فاسد کا بار ہے۔ مزید بران ایسے جانداروں کے زندہ رہنے کی قابلیت کا انحصار ایک مقررہ اونچے درجہ کی حرارت پر ہے۔ جو (حرارت) کہ جیسا تجربہ ہر جگہ بتلاتا ہے صرف اونھین جسمون مین پائی جاتی ہے جنمین کہ مادۂ فاسد کا بار ہے + اگر ہم غیر معمولی حرارت کو پھر اوسط درجہ پر لاتے ہین اور اوسی کے ساتھ خراب عروق کو جسم سے خارج کرنے مین کامیاب ہو جاوین تو پیرے سائیٹس کے آئندہ زندہ رہنے کا احتمال بالکل دُور ہو جاتا ہے اور پیرے سائیٹس تیزی کے ساتھ غائب ہو جاتے ہین +

ہر شخص کو جسنے میری تشریحات کو غور کے ساتھ سنا ہے اوس کو یہ بات صاف معلوم ہو جاوے گی کہ اندرونی حرارت کے گھٹانے کا مجوزہ طریقہ میرے ٹھنڈے

غسلون کے ذریعے سے - غیر محرک غذا - اور میرے دیگر - فی الحال مشہور نسخون کے ذریعہ سے ہی ہے - درحقیقت بار مادہ فاسد کے لحاظ سے ہر شخص کی حالت کے مطابق استعمال کرنا چاہیے + چنانچہ میرے نیو سائنس آف ہیلنگ کی نظر سے (کیونکہ ان خاص امراض کی بھی وہی مشترکہ اصلیت ہے جیسی کہ عموماً تمام دیگر امراض کی) اوسی یکسان طریقہ علاج کا جس کو کہ اس وقت تک کسی دیگر امراض مین بھی کبھی ناکامیابی نہین ہوئی ہے - استعمال ہونا چاہیے + دواؤن کے ذریعہ سے علاج جسم کو اور زیادہ نقصان پہونچاتا ہے +

پھر اس موقعہ پر مجکو ان روکھے واقعات کی تشریح چند دلچسپ تمثیلون کے ذریعے سے کرنے دیجیے +

اول معاملہ ایک ایسے جنٹلمین کا ہے جو کہ انتڑیون کے مختلف قسم کے کیڑون کی تکلیف مین مبتلا تھا - قدرتاً اس خرابی کے ساتھ ہاضمہ کی اور عصبانی شکایات بھی لگی ہوئی تھین جنہون نے کہ اُس کو قبر کے کنارے تک پہونچا دیا تھا + یون کہنا چاہیے کہ اندر کی جانب سے جل کر وہ خاک ہوا جاتا تھا اور اوسکے پاخانہ مین چھوٹے چھوٹے کیڑے کثرت سے موجود تھے - تاہم میرے طریق علاج سے اُسکو آرام پہونچا + دوسرے ہی مہینے مین سبب دُور ہوگیا تھا اور اسوجہ سے کیڑے بھی جاتے رہے تھے + اور چونکہ مریض نے علاج جاری رکھا - اوسکی حالت جلد مرض مزمن سے پلٹ کر عمدہ تندرستی کی ہوگئی +

اندرونی حرارت کو کم کرنے سے اور بس مادہ فاسد کو نکالنے سے ہی اس موقع پر یہ ممکن ہوا کہ اندرونی سڑن کی کارروائی جسکی وجہ سے کیڑے ہوتے تھے رُک گئی + فرکشن ہیب اور سٹز باتھ کے ذریعے سے اور پسینہ کو ترقی دیکر - اور غیر محرک بلا پکی ہوئی غذا

کے ذریعے سے یہ بات بہت جلد حاصل ہوئی تھی +

ایک دوسرے معالجے یعنی **کھجلی** کا ذکر اس موقع پر ادویات کے ذریعے صادق علاج کی قابلیت کے اظہار کے لئے کیا جاتا ہے + مرض مذکورہ کے سبب سے مریض عمر ۱۷ سال کا علاج مختلف شفا خانون مین اور خاصکر کمزور آدمیون کے لئے علاج گاہون مین ناکامیابی کے ساتھ ہوا تھا۔ آخر ایک پروفیسر نے طنزاً اُس سے میرے پاس آنے کو کہا کیونکہ اوسکے پاس اب کوئی چارہ نہ تھا + مریض نے بیشک یہ دیکھکر کہ ادویات کے علاج سے اب کچھ فائدہ کی امید نہین ہے اشد ضرورت کے وقت مین صلاح مان لی + اُسکے ہاتھ اور پیرون کے دیکھنے سے ڈر لگتا تھا + اپنے **سائنس آف فیشل اکسپرشین** کے ذریعے سے مین نے دریافت کرلیا کہ مریض برسون سے شکم کے ایک مزمن مرض مین مبتلا رہا تھا جو کہ کمزوری ہاضمہ سے پیدا ہوا تھا + ناقص عروق اور ناقص خون جو اس طور سے پیدا ہوئے تھے خارش کے لئے قدرتاً ایک بہت ہی عمدہ پرورش کرنے والے وسائل بنے + خارش کے کیڑے کا مقابلہ بہت ہی عمدہ طور سے **بیسی لس** (امراض متعدی کے کیڑے سے باریک کیڑے) سے کیا جا سکتا ہے۔ جو کہ وہین زیادہ فروغ پاتا ہے جہانکہ سڑن ہوتی ہے + بلا کسی مناسب درمیانی وسیلہ کے اوسکا وجود ہی قایم نہین رہ سکتا +

اس موقع پر پھر **فریکشن سیٹ باتھ** اور **سیٹز باتھ**۔ قدرتی غذا۔ اور اکثر اوقات **اسٹیم باتھ** بہت عمدہ علاج ثابت ہوئے + ہاضمہ نے جلد ترقی کی۔ اور خارش بھی اوسی کے ساتھ بوجہ اپنی پرورش کرنے والی غذا سے محروم ہو جانے کے۔ کم ہونے لگی + خوردبین سے امتحان کرنے پر معلوم ہوا کہ خارش کے کیڑے ضائع ہوتے جاتے تھے + تین ۳ ہفتے کے اندر

صرف چند کیڑے اِدھر اُدھر علیحدہ مقامات مین معلوم ہوتے تھے۔ اور جو چھتے
ہنسے مین اونکا ایک نشان بھی باقی نہ رہا + مریض کی شکل بالکل تبدیل ہوگئی تھی وہ
اسقدر تبدیل ہوگیا تھا کہ کوئی شخص اوسکو مشکل سے شناخت کرسکتا تھا + مریض کی نیچر نے
وہ کام ازخود کردیا جو کہ سرکاری سند یافتہ ڈاکٹرون کا ہنر نکرسکا + اور یہ بھی اوسی نیچر کے
طریقے مین بلا دواؤن کے لگائے ہوے اور بلا عمل جراحی کئے ہوئے حاصل ہوا تھا +

آنت کا اوترنا۔ آنت کے اوترنے کا سبب پیڑو کے اندر فاسد مادہ کا بار
اور اوسکے ساتھ بے حد تناؤ کا ہونا ہوتا ہے۔ معدے کی جھلی اُن جگہون مین جہانکہ
ذراسی بھی رکاوٹ ملجاتی ہے۔ انتڑیان بوجہ زیادہ اندرونی دباؤ کے شگاف کردیتی ہین
اور باہر نکل آتی ہین + مختلف شخصون مین یہ جھلّی کے پھٹنے کی جگہ بہت مختلف ہوتی ہے۔
لیکن سبب اسکا ہمیشہ ایک ہی ہے + پس یہ غلطی ہے اگر اس مرض کا سبب چوٹ مین یا
گر پڑنے مین یا ایسی قسم کے صدمات مین تلاش کیا جاوے + یہ باتین یقیناً جھلّی کے
پھٹنے کا قریبی ذریعہ ہوسکتی ہین۔ لیکن اسکا اصلی سبب نہین ہوسکتین + میرے طریقہ
علاج کے استعمال کرنے سے اور اس طریق سے مادہ فاسد کو جسم سے خارج کرنے سے
اس قسم کے شگافون کو آرام ہوجاتا ہے + ٹرس[1] کا لگانا۔ جو کہ اس مرض کا واقعی ناکافی
علاج ہے۔ بالکل ہی غیر ضروری ہوجاتا ہے +

اس مرض مین بھی میرے طریقہ علاج کو بہت ہی بڑی کامیابی ہوئی ہے۔ یہ پھر
دیکھا جاتا ہو کہ ہمارا امراض کی وحدنیت کا مسئلہ ہمکو بلا امداد پہونچائے ہوئے نہین چھوڑتا +

[1] ایک قسم کی پیٹی ہوتی ہے جو کہ ڈاکٹر لوگ آنت اوترنے کے مرض مین استعمال کرایا کرتے ہین +

اسکا انحصار کہ شفا کسقدر عرصہ کے اندر ہوگی درحقیقت مادۂ [illegible] پر ہے +
اور نیز اسپر کہ شگاف پرانا ہوگیا ہے یا نہین + علاوہ اسکے ضعیف (سن رسیدہ)
لوگون کی حالت مین جن مین کہ قوتِ زیست کم ہوگئی ہے۔ شفا ایسی کُلّی نہوگی جیساکہ
جوان مریض مین +

سرطان - وہ ہیبت ناک عرض اور ایسا مرض جس سے کہ عام لوگ بہت خائف ہین صیح طور سے بیرونی اثرون اور اونکی خرابیون کے باعث سے پیدا ہونا نہین کہا جاسکتا + اوسکی اصلیت بالکل دوسری ہی کارروائیون مین تلاش کرنی چاہیئے - یعنی اون کارروائیون مین جو کہ خود جسم انسانی کے اندر ہوتی رہتی ہین اور اس مرض مہلک کا باعث قریبی بنتی ہین + مثل استسقا اور سل کے سرطان بھی چند دیگر امراض کا جو کہ دب گئے ہین مگر شفا یاب نہین ہوئے ہین اور اوسکے پیشتر ہو چکے ہین - انجام ہے + سرطان ہمیشہ بعض پہلے امراض کے بعد ہوا کرتا ہے - خصوصًا امراض آلات تناسل مثلاً سفلس (آتشک) کے بعد + اس سے کچھ مطلب نہین کہ آیا ایسے امراض براہ راست

ك یہ ایک جسمی مرض ہے جسمین ایک خراب اور نئی ساخت جسم مین پیدا ہو جاتی ہے + سرطان کی ساخت مین کہتے ہین کہ ریشہ دار جالی پائی جاتی ہے اور اوسکے اندر کیسے (تھیلیان) ہوتی ہین - یہ کیسے بڑے بڑے اور مختلف قسم کے ہوتے ہین اور اونکے اندر نیوکلیاے اور بہت قسم کے ذرے پائے جاتے ہین - نیوکلیاے ایک بڑا گول بیضاوی قسم کا دانہ ہوتا ہے جسکے اندر اور بہت سے چھوٹے چھوٹے ذرے یا نیوکلیولائی پائے جاتے ہین - ریشہ دار جالی اور سیلز کی پرورش خونی آہستگی سے ہوتی ہے جو کہ اونمین پیدا ہو جاتے ہین + ۱۲

پیدا ہوتے ہین یا براہ راست پیدا نہین ہوئے ہین + خاص امر موجودگی مادہ فاسد کا ہے جوکہ کوئی نہ کوئی راستہ جسم مین ایسا کرلیتا ہے جس راستہ پر کہ بطور مرض کی آخری حالت کے وہ **سرطان کے پیچے** اور **رسولیان** اور سڑے ہوئے مقامات پیدا ہوجاتے ہین جوکہ بنی نوع انسان کے لئے بڑی وحشت کا باعث ہین + سرطان کی طرف رجحان طبیعت میرے **سائنس آف فیشل اکسپریشن** کے ذریعہ برسون پیشتر اوسکے ہونے کے معلوم کرلیا جاسکتا ہے + سرطان کے واقعی ظاہر ہونیکے بہت عرصہ پیشتر تک گمڑیان اور سوجن ہمیشہ گردن پر ہوا کرتی ہے۔ جس سے کہ تمام جسم مین کچھ چیزون کی پیدایش کی طرف اشارہ ہوتا ہے اور خاصکر بہت زیادہ بواسیر کے مسون کا پیڑو مین ہوجانا ظاہر ہوتا ہے + یہ بواسیر کے مسّے اسقدر زیادہ بڑھ سکتے ہین کہ ہاضمہ کی نالی مین ایسی رکاوٹ پیدا کردین کہ بول وبراز آیندہ قدرتی طریقے سے خارج نہو سکین + سرطان کے مختلف مریضون مین کہ جنکا علاج مینے کیا ہے۔ مینے یہ دیکھا ہے کہ ہاضمہ ہمیشہ بالکل بگڑا ہوا ہوتا رہا ہے + بغیر مسہل اور پچکاری کے مریضون کو دست نہین آتا تھا + مین نے اسی طور سے یہ بھی دیکھا ہے کہ دست آور ادویات خصوصًا **گولیون** کے ایک عرصہ تک استعمال کرنے پر ایک اندرونی سڑن کی حالت ہمیشہ ہو جاتی ہے جوکہ سل اور خصوصًا سرطان پیدا کردیتی ہے + برسون تک جسم ایسی مسہل کی ادویات کا اور اونکی وجہ سے جو ہضم اور پیڑو کے اعصاب مین تیزی پیدا ہوتی ہے اسکا متحمل ہوسکتا ہے مگر رفتہ رفتہ اعصاب ایسے بھڑک جاتے ہین کہ وہ پیشتر سے زیادہ تحریک کے بغیر اپنا فعل کرنے کے ناقابل ہوجاتے ہین۔ اس سے ایسی خوفناک بیماریان جیسی **سرطان** پیدا ہوجاتی ہین + مثل سل اور استسقا کے اور دیگر پیشتر کی

ہو چکی ہوئی بیماریون کی کُل مختلف آخری حالتون کے۔ سرطان کا سبب بھی معمولاً غیر قدرتی طریق معاشرت۔ جھک کر کھانا کھانا۔ ضرورت سے زیادہ غذا کھانا۔ اور خصوصاً اعصاب کا بذریعہ [illegible] بہت زیادہ تحریک کرنا۔ ہوا کرتا ہے +

الوپیتھک ڈاکٹری اس مقام پر بھی ایسی ہی لاچار ہے جیسا کہ بیماری کی دیگر آخری حالتون مین + یہ دیکھکر افسوس ہوتا ہے کہ ڈاکٹر لوگ کیونکر سرطان کو اوسکے بچون اور نئی پیدایش گوشت پر تیزاب یا نشتر سے عمل جراحی کرکے (جیسا کہ شہنشاہ فریڈرک مرحوم کی حالت مین ہوا تھا) آرام کرنے کی کوشش کرتے ہین + وے لوگ یہ تحقیق کرنا بھول جاتے ہین کہ یہ نئی پیدایش کہان سے آتی ہین + مرض کی خاصیت ظاہرا اونکو بالکل نہین معلوم ہوتی ورنہ اس مرض مین وہ اپنے علاج کے لئے محض آخری علامت مرض کو۔ (گویا مادہ فاسد سڑی ہوئی شکل مین) یعنی نئی پیدایش گوشت کو پسند نکرتے + تب[1] اونکو یہ ضرور معلوم ہوگیا ہوتا کہ گوشت کے بڑھ جانے کے لئے کوئی سبب بھی ضرور ہوگا اور یہ کہ اُس سبب کے دُور کرنے پر توجہ الٹھی ہونی چاہیئے +

سڑی ہوئی حالت کے ہمراہی مین اور پس سرطان کی حالت مین بھی۔ اکثر ناقابل برداشت درد اور حس ناگوار ظہور مین آیا کرتے ہین + مبتلاے مرض کو آرام پہونچانے کے لئے قدیم ڈاکٹر افیون کا جوہر بذریعہ پچکاری خون مین پہونچاتے ہین + اِس طور سے نتیجہ حسب دلخواہ چند سے حاصل ہوتا ہے مگر کل جسم اور نظام عصبی کو نقصان پہونچا کر جس[2] کو کہ بعد کے اشخاص سے بہت ہی زیادہ نقصان پہونچتا ہے + میڈیکل سائنس اس موقعہ پر مثل اُس

---

[1] یعنی اونکے اس تحقیق کرنے کے بعد کہ یہ نئی پیدایش گوشت کی کہان سے آتی ہے۔ ۱۲

[2] یعنی نظام عصبی کو۔ ۱۲

ریچھ کے عمل کرتا ہے۔ جسنے کہ اپنے آقا کی ناک پر مکھی ہلاک کرنے کی غرض سے پتھر مارے جسکا نتیجہ یہ ہوا کہ صرف مکھی ہی نہیں بلکہ آقا بھی ہلاک ہوگیا +

ہم زہریلی ادویات کا استعمال کیون کرین جبکہ ایسے غلون کے علاج مین ہمارے پاس ایک قدرتی وسیلہ ایسا موجود ہے جو کہ تکلیف کو بمقابلہ جوہرافیون کے بہت زیادہ سریع طور سے کم کرتا ہے اور اُسی کے ساتھ جسم کو مثل فولاد کے مضبوط بناتا ہے۔ جوہرافیون کا اثر از خود تب دُور ہوجاتا ہے + اِس موقع پر بھی نشیلی[1] اشیا کی متواتر خواہش رہتی ہے۔ جیسا کہ ڈپسومینیا[2] کے مرض مین۔ جو کہ جسم کی سوزشی یا سڑی ہوئی حالت کی وجہ سے ہی ہوتا ہے + یہ صرف قدرتی علاج کے ذریعہ سے ہی ممکن ہے کہ اس ہمیشہ بڑھتی ہوئی خواہش[3] پر قابو حاصل کرسکتے ہین +

حصہ سوم مین زخمون کے علاج کے باب مین زیر بیان "کشادہ زخم"[4] پوری تشریح متعلق سبب وخاصیت سرطان کے پائی جاوے گی + اس موقع پر مین صرف چند الفاظ اس سرطان کے مریضون مین شفا کی صورت امید کے بارے مین کہونگا + اولاً اس بات کی بالکل پرواہ نہین کہ کس شکل مین اور کس مقام پر یہ مرض ظاہر ہوتا ہے یہ بات ضرورت درجہ دوم کی ہے کہ آیا یہ سرطان زبان کا ہے یا سینہ کا ہے۔ یا رحم کا ہے یا معدہ کا ہے + اس بات پر کہ مرض کو آرام ہونے کی کتنی امید کیجاوے مرض کی اُس خاص صورت سے جسمین یہ ظاہر ہوتا ہے کچھ اثر نہین پڑتا کیونکہ مرض کی جملہ

---

[1] سرطان کے مرض مین۔ [2] اس مرض کو کہتے ہین کہ جسمین شراب پینے کی بے حد خواہش ہوتی ہے +
[3] یعنی زیادہ نشہ پینے کی خواہش پر جو کہ دمبدم ترقی کرتی رہتی ہے +
[4] اسکا مفصل بیان حصہ سوم مین ملاحظہ فرمایئے + ۱۲

مختلف صورتون کا سبب ایک ہی ہے + شخص معلول کے مادہ فاسد کے بارکے موافق
جسم مین مادہ فاسد کی جگہ تبدیل ہوتی رہتی ہے - اسپر کچھ درجہ تک اثر اس طریقہ کا جو کہ
بخارات مادہ فاسد اختیار کرتے ہین اور اونکے دباؤ کا ہوتا ہے +

سرطان کو سیرسے طریق علاج سے شفا ہو سکتی ہے + لیکن یقینی شفا کی امید ایسے ہی
اشخاص کر سکتے ہین جنکا ہاضمہ کسیقدر اچھا ہوتا ہے اور جنمین کافی قوت اُن نازک اوقات پر
جو کہ لازمی ہین غالب آنے کی موجود ہوتی ہے + صرف وہی اشخاص جو کہ سیرسے طریق
علاج سے بخوبی واقف ہین سرطان کو آرام کر سکین گے کیونکہ یہ مرض مثل سِل اور
استسقا کے بہت ہی خطرناک ہے +

ایک شریف آدمی عمر قریب پچاس سال **سرطان بینی** (ناک) مین مبتلا تھا اور
علم ڈاکٹری کے بڑے بڑے مشہور حکیمون سے اوسنے علاج کرالیا تھا + وے لوگ اُس
شخص کو یہ بتلا سکے کہ اُسکو سرطان بینی تھا + مگر وے لوگ اوسکو اچھا نہ کر سکے کیونکہ
سبب اور خاصیت سے ناواقف تھے + اُن سب ڈاکٹرون نے تیز اور زہریلی ادویات
اوسکی ناک کو لگائی تھین تاکہ مقامی علامات سرطان کی دُور ہو جاوین + لیکن ٹھیک ٹھیک
جس طور سے کہ ایک درخت صرف اوسی جگہ نہین سڑا ہوا ہوا کرتا ہے جہانکہ اوس مین کوئی
گلی ہوئی شاخ ہو - اسی طور سے سرطان مین وہ بیرونی گلی ہوتی اور نکلتی ہوئی پھوڑیون
کی نئی جگہ ہی خود مرض نہین ہے بلکہ یہ وہ جگہ ہے جہانکہ مرض بہت زیادہ بڑھ گیا ہے
جب کہ درخت کاٹ ڈالا جاوے تو ہم دیکھتے ہین کہ شاخ کا سڑنا اُس درخت کی
کوئی مقامی بیماری نہین ہے + جسم کو چیرنے پر ڈاکٹر تمیز کر سکتا ہے (اگر اس بات کی
شناخت کی قابلیت رکھتا ہو) کہ مریض سرطان کا تمام جسم بیمار تھا + لیکن اگر اس امر کو پیشتر

سے ہی جان سکین تو یقیناً اس بات مین مریض کا نفع ہے +

میرا مریض بہت سخت بدہضمی مین مبتلا رہا تھا + بہت تعجب ہے کہ موجودہ زمانہ کے عالمون کی توجہ مین یہ بات نہ آئی جنھون نے کہ اپنا سروکار محض مریض کی ناک سے ہی رکھا + اگر میرے سائنس آف فیشل اکسپریشن کا اونکو ذرا بھی خیال ہوتا تو ناک کی حالت سڑن اونکو یقینی پتہ مریض کے پیڑو کے اندر کی ایسی ہی حالتون کا دیتی + خوش قسمتی سے اب مریض نے اس کُل مقامی علاج کی بیہودگی کو جان لیا۔ اور چونکہ وہ اس خیال کا آدمی تھا کہ نیچر مین ہر ایک چیز بہتری کے لئے بنائی گئی ہے امید سے بھر کر میرے پاس آیا + ناک اور اوپر کا ہونٹھ بالکل کھالئے گئے تھے۔ ناک کی نوک غائب ہونے والی تھی اور ناک کی کھال کے رنگ سے سڑن ظاہر ہوتی تھی + سخت قبض اور بے قاعدہ پیشاب کا اکثر سخت تکلیف کے ساتھ آنا بھی موجود تھا۔ مگر خوشی کی بات ہے کہ اُنھون نے مریض کی زندہ دلی پر دوامی اثر نہین ڈالا تھا +

اوسکے جسم پر میرے طریق علاج کا جلد اثر ہوا۔ اوسمین قوت زیست اب بھی بہت زیادہ تھی اوسکا ہاضمہ اور اوسکی حالت بہت جلد ترقی کرنے لگی + ہفتہ در ہفتہ ناک کے سرطان کی سوزش بلا کسی مقامی علاج کے کم ہوتی گئی + اولاً یہ بہت ہی سُرخ ہوئی اور جلد کا رنگ بعد قریب چار ماہ کے معمولی ہوگیا + ناک مع اوپر کے ہونٹھ کے اس عرصہ مین اندر سے اچھی ہوگئی اور کوئی بھی نشان زخم کا باقی نہ رہا +

وہ وسایل جنکا استعمال کیا گیا تھا یہ تھے یعنی (۱) بالکل غیر محرک و خشک غذا جو کہ مریض کی حالت و ہاضمہ کے لئے خاصکر موزون تھی + (۲) میرے فریکشن ہپ و سٹز باتھز۔ اور (۳) ہفتے مین ایک یا دو مرتبہ اسٹیم باتھز کُل جسم کے لئے یا صرف سر کے لئے جب

درد اور سوزش قابل برداشت نہ رہتے تھے تو غسل ہر دو گھنٹہ بعد لئے جانے کی ضرورت ہوتی تھی + غسل لینے کی حالت مین درد ہمیشہ کم ہو جاتے تھے پس مریض کو غسل کرنے کی حالت مین بہت آرام معلوم ہوتا تھا + دوسرے ہی دن اندرونی سڑی ہوئی سوزش نے نیچے کو چلنا شروع کیا۔ اور اُس جگہ پر جو فریکشن سٹز باتھ مین رگڑی جاتی ہے بشکل زخم ظاہر ہوئی + اس سے مریض کو بہت تشویش ہوئی۔ کیونکہ اس حالت کے ساتھ قدرتاً سخت تکلیف ہوتی ہے + مگر مینے اسکا سبب مریض کو سمجھا دیا اور ظاہر کر دیا کہ اوسکے تیئن جڑ سے مرض کو نکالنے والی اس کارروائی کو خاموشی سے برداشت کرنے مین اور یقینی موت کے درمیان مین ایک بات کو پسند کر لینی چاہیئے + مین نے اوسکی توجہ اس امر کی طرف بھی مائل کرائی کہ جس مقدار مین سوزش رگڑ کے مقام پر ظاہر ہوئی ہے اوسی قدر ناک سے بھی کم ہو گئی ہے۔ اس بات کو مریض نے جان لیا اور میری آیندہ ہدایات پر عمل کرنا تجویز کر لیا + اس تکلیف دہ حالت سے نجات پانے کی راہ صرف بار بار غسل کے لینے سے ہی حاصل ہوتی تھی۔ اور اپنے مقصد حاصل کرنے کی مسرت اوسے حاصل ہوئی +

دوران معالجہ مین مریض اولاً ایک پرانی گردے کی بیماری مین چند روزہ مبتلا ہوا۔ اور اسکے بعد آلہ تناسل کے مرض مین۔ لیکن دونون مین بمقابلہ پیشتر کے ایک بہت کمتر درجہ مین + یہ امراض اول بار ہونے کے وقت جیسا کہ خیال کر لیا گیا تھا اچھے نہین ہوئے تھے بلکہ ادویات کے ذریعے جنکا کہ استعمال ہوا تھا جسم مین محض اوسلئے داخل کر دئے گئے تھے + ناک کے سرطان کے لئے وہ اوسکی مقدم حالت تھے اور جب اونکا علاج ادویات سے ہوا تو اونھون نے اُسکو (سرطان کو) پیدا کر دیا +

ناک کے سرطان کے علاج مین جو مواد خارج ہوئے اُن سے اس بات مین کچھ شک

باقی نہ رہا + پیپ جو خارج ہوئی اوسمین اب اوقات بعینہ اُن دواؤنکی بُو نکلتی تھی جنکو
اُس مریض نے امراضِ گردہ اور آلہ تناسل مین کھایا تھا + جیساکہ ذکر کر چکے ہین اسکی وجہ
یہ ہے کہ جسم زہریلی ادویات کو لعاب دار ریشے مین لپیٹ لیتا ہے۔ یہ لعابدار ریشے مین
لپٹے ہوے ٹکڑے جسم مین رہکر اندرونی حرارت کے اثر سے رفتہ رفتہ منجمد ہو جاتے
ہین اور خشک ہو جاتے ہین + معقول طریقۂ علاج پانی سے یہ مضبوط اور سخت لعابدار
ٹکڑے پھر گھل جاتے ہین اور اگر اصلی قوت ترقی کر جاتی ہے تو جسم سے خارج ہو جاتے
ہین + اپنے مطب مین مینے اوسکی صداقت ہزارون مریضون مین پائی ہے اور اسی
طور سے یہ بھی دیکھا ہے کہ (بیشتر کا) ادویات کا استعمال میرے طریق سے علاج کر کے
مرض کے شفاے صادق کو کس قدر زیادہ دیر لگاتا ہے + علاوہ ازین یہ ادویات کا
جسم سے خارج ہونا ہی ہے جس سے کہ مریض کو بہت تکلیف ہوتی ہے + میرے مریضون نے
بھی اسکا تجربہ کیا + لیکن اوسکی حالت مین دمبدم افاقہ نے اوسکو میرے طریق علاج کو اُس
وقت تک جاری رکھنے کی ہمت دلائی جب تک کہ وہ اس سخت مرض سے بالکل آزاد نہو گیا +
یہ نہین خیال کرنا چاہیے کہ وہ جگہ جو کہ فریکشن سٹز باتھ مین رگڑتے ہین۔ ہر مریض کی
حالت مین سرد پانی کے ساتھ آہستہ آہستہ رگڑنے سے زخمی ہو جاوے گی +

سٹز باتھ مین رگڑنے سے جو زخم پیدا ہوتے ہین (جو کہ خصوصًا امراض
مزمن ہین جیسے کہ سرطان مین نظر آتے ہین) وہ خاص حالتون مین اور مقررہ صورتون مین ہی
ہو جاتے ہین + اگر کوئی اندرونی سوزش موجود نہین ہے یا اگر مادۂ فاسد کسی دوسرے
طریقے مین آسانی سے خارج ہوتا ہے تو رگڑ کے مقام پر ہرگز کوئی زخم نہو جائیگا + میرے زیر علاج
ایسے مریض رہے ہین جنھون نے کہ ڈیڑھ گھنٹے سے دو گھنٹے تک روزانہ دو سال تک غسل کئے ہین

تاہم زخم کی اونکو کبھی بھی تکلیف نہوئی + بعض صرف چند روزہ ہی اس تکلیف مین مبتلا ہوئے تھے ۔ یعنی مرض مزمن و پوشیدہ کے حالت حاد مین تبدیل ہونے کے وقت یعنی کہ زمانہ نازک[1] مین اور تب بھی صرف اتنے عرصہ کے لئے جب تک کہ اندرونی سوزش تیزی کے ساتھ نیچے کو کھنچکر آرہی تھی + غسل کرتے کرتے اوسی طور سے ہی زخم جاتا رہا جیسے کہ یہ پیدا ہوا تھا + بہت سی حالتون مین رگڑ کے مقام سے کچھ نہ پھیلے پر پھوڑے یا بڑے کشادہ بہتے ہوے زخم پیدا ہوجاتے ہین جنسے کہ پیپ یعنی مادہ فاسد اپنی شکل حاد مین (ایک حالت سٹرن و جوش مین) متواتر نکلتا رہتا ہے + یہ پیپ رگڑ سے نہین آتی ہے جیسا کہ بہت سے لوگ بیوقوفی سے خیال[2] کرلیتے ہین ۔ بلکہ محض مریض کے جسم کی حالت کے باعث سے آتی ہے + اندرونی پوشیدہ یا حاد سوزش سے ہی یہ کلیتہً پیدا ہوتی ہے اور جو سوزش کہ مادہ فاسد کے سٹرنے اور جوش مین ہونے سے پیدا ہوتی ہے لہذا یہ پیپ اس نازک وقت کا باعث ہے نہ اُس سے کچھ کم ہے نہ زیادہ ہے +

پس یہ ایک بڑی غلطی ہے اگروہ مریض جو کہ میرے طریقے سے خود گھر پر علاج کرتے ہین اس قسم کے زخمون کے ظاہر ہونے پر تشویش کرین + علاج کرنے مین جسم کا اس طریقے سے حصہ لینا اور مادہ فاسد کا خارج کرنا ہی پورے طور سے اس بات کو ثابت کرتا ہے کہ غسلون کے اثر سے شفا ہونے لگی ہے + رگڑ کی جگہ پر زخم اور پیپ کا بننا قدرتاً اُس وقت مین بہت ہی خراب ہوتے ہین جبکہ اندرونی سوزش نے

---

[1] مراد ہے اُس نازک وقت سے جبکہ مرض پلٹا لیکر شفا کی جانب رجوع ہوتا ہے ۔ اُس وقت مرض حالت مزمن سے نکلکر حالت حاد مین ظاہر ہوتا ہے + ۱۲

[2] یعنی خیال کرلیتے ہین کہ رگڑ ہی سے آتی ہے + ۱۲

ایک سڑی حالت جیسے کہ سرطان مین ہوتی ہے۔ پیدا کردی ہے + غسل کرنے کے وقت مریض کو چاہیئے کہ ایک بھیگے ہوئے کپڑے کی کئی تہ کرکے چند[1] بار زخم کے گرد لپیٹے اور اُس کو جتنا زیادہ ممکن ہو تر رکھے +

سرطان کے ایک دیگر مریض کا ذکر اس موقع پر کیا جاتا ہے جو کہ عوام کی دلچسپی کا باعث ہوگا + ایک عورت پچاس سال کی عمر مین **سرطان پستان** مین مبتلا تھی + اوسکی بائین پستان پر شہر برلن مین اونھین مشہور ڈاکٹرون نے عمل جراحی کیا تھا جنھون نے کہ شہنشاہ فریڈرک متوفی کا معالجہ کیا تھا + داہنی پستان مین بھی بعد اس عمل کے جلد سرطان ہوگیا تھا + پس "بہت کامیاب" عمل جراحی بالکل ناکارہ ثابت ہوا۔ درحقیقت مریضہ کی عام حالت بمقابلہ پیشتر کے یقیناً زیادہ خراب تھی۔ مریضہ نے ڈاکٹران مذکورۂ بالا کے روبرو اپنے تئین دوبارہ پیش کیا تاکہ سرطان کے نکل آنے کی نسبت اونسے راے لیوے + بڑی دیر تک امتحان کرنے کے بعد اُس سے کہا گیا کہ آرام کرنے کی غرض سے اوسکی داہنی پستان پر بھی عمل جراحی کرنے کی ضرورت ہوگی۔ لیکن[2] اُسکا جسم اس عمل کی برداشت کرنے کے لیئے بہت کمزور ہے پس وہ اس عمل جراحی سے جانبر نہو سکے گی + بہرکیف کوئی دوسرا طریقہ آرام کرنے کا نہ تھا۔ اعلے حکماے جرمنی سے یون جواب پاکر وہ اپنی حالت اضطرابی مین میرے پاس آئی + داہنی پستان سڑی ہوئی حالت مین تھی + اور کئی سخت رسولیان بعض اُن مین سے بیضہ کی برابر بڑی اور سیاہ رنگ کی

[1] مطلب ہے کہ وہ کئی تہ کیا ہوا کپڑا لپیٹنے مین کئی بار زخم کے گرد لپیٹ جانا چاہیئے یعنی کہ زخم کے گرد اوسکے کئی لپیٹ دینے چاہیئن +

[2] یہ بات بھی اونھین ڈاکٹرون کی اُس عورت سے کہی ہوئی ہے + ۱۲

اور سرڑی ہوئی پیدا ہو گئی تھین جو کہ پستان سے بغل تک پہلی گئی تھین + پھر وہی رسولیون سے پُر تھا۔ اور اوسط سے زیادہ بڑا ہوا اور سخت تھا + ہاضمہ خراب تھا۔ ہر تیسرے یا چوتھے روز اجابت ایک بار ہوتی تھی اور وہ بھی پچکاری کے ذریعہ سے کھل پاخانہ مین فضلہ کی سخت سخت گولیان جو کہ اندرونی گرمی کی وجہ سے سیاہ ہو گئی تھین نکلتی تھین + پیشاب بھی کم ہوتا تھا + کمزوری نے بڑی تشویش پیدا کردی۔ خاصکر چونکہ بہت شدت کے دردہاے سر نے قوت کو دن بدن گھٹا یا + اس عورت نے میرے علاج کو بڑے صبر کے ساتھ شروع کیا۔ دردہاے سر جلد بند ہو گئے۔ ہاضمہ بھی ہر ہفتہ آہستہ آہستہ ترقی کرنے لگا + تعداد روزانہ غسلون کی بہت بڑی ہوشیاری کے ساتھ مریضہ کی حالت اور قوت کے لحاظ سے درست کرنی پڑتی تھی + شروع کے چھ ہفتے کے اندر علاج خود ہی کسی قدر تکلیف دہ رہا + دوران علاج مین شہر برلن کے ایسے "کامیاب" عمل جراحی کا اثر بہت صاف طور سے معلوم ہوا + بائین پستان پر بجاے پُرانے گہرے نشان کے اول ہفتہ علاج کے اندر ایک کشادہ سڑا ہوا زخم ہو گیا جو کہ شروع کے چار ہفتون مین قد و گہرائی مین متواتر بڑھتا رہا جب تک کہ یہ وسعت مین پندرہ انچ مربع نہو گیا + دہنی چھاتی کی سڑن اوسی قدر کم ہوئی جسقدر کہ بائین مین بھی + بائین پستان پر عمل جراحی ہونے سے سرطان کا سبب کسی طور سے دُور نہین ہوا تھا۔ بلکہ (مادہ فاسد) سڑن کے مقام کا فقط سب سے اخیر سرا (دُور ہوا تھا) + اس طور سے جسم (مادہ فاسد کے) سرطانی سڑن کے بڑھنے کو دوسری طرف پھیر دینے پر مجبور ہوا۔ یہانتک کہ آخر کار بعد اسکے کہ سخت رسولیان دہنی چھاتی سے بغل تک ہو گئین یہ سرطانی سڑن دہنی پستان مین منتقل ہو گئی + میرے طریقہ علاج سے مرض کو اُلٹے پیرون

لوٹنے پر مجبور کیا گیا۔ پس اس مین کوئی حیرت کی بات نہ تھی کہ مادہ فاسد بائین پستان مین پھر اوسی حالت مین نمودار ہوا جسمین کہ وہ وقت عمل جراحی رہا تھا۔ پھر اس موقعہ پر ایک حیرت انگیز ثبوت اس امر کا ملتا ہے کہ نیچر اس سختی کی متحمل نہین ہوتی جو کہ پیشہ طبابت والے اوسپر کرنے کے لئے طیار رہتے ہین + ہر عمل جراحی زمانہ حال کی تعلیم طبابت کی ناقابلیت کا تازہ ثبوت ہے۔ نیز اس امر کا کہ سچی شفا بخشنے مین یہ لاچار ہے +

اعمال جراحی بمقابلہ استعمال ادویات کے اور بھی زیادہ غیر قدرتی

ہین + اور اب میرے ناظرین اس امر کو سمجھین گے کہ عنوان مین مین نے اپنے **سائنس آف ہیلنگ** کو بلا ادویات ہی ہونا نہین بتلایا ہے بلکہ بلا اعمال جراحی کے بھی +

لیکن اب اُس مریضہ کے حال کا پھر سلسلہ شروع کرتے ہین + باقاعدہ غسل کرنے سے وہ درد جو کہ مریضہ کو۔ بوجہ اُن تبدیلیون کے جو جسم مین واقع ہوتی تھین۔ برداشت کرنا پڑا کرتا تھا۔ اب بعد غسلون کے زیادہ قابل برداشت ہوگیا + بہت زمانہ نہین گزرا تھا کہ کھلے ہوئے اور مواد نکلتے ہوئے زخم۔ فریکشن کے مقام پر نمودار ہوگئے۔ یہ پکا ثبوت اس امر کا تھا کہ بڑھی ہوئی اور سڑی ہوئی اندرونی سوزش باہر کو کھنچی جارہی تھی + بغل کی دیگر رسولیان بھی اسی طور سے ضبلہ ملایم پڑگئین اور ہمیشہ پیرو کی جانب زیادہ زیادہ اُتر کر رفتہ رفتہ منتشر ہوگئین + شروع کے دو مہینون مین مریضہ کو محض بغیر چوکر نکلے ہوئے آٹے کی روٹی اور پھلون پر گزر کرنا پڑی + اس غذا پر چل کر اور فریکشن باتھ تین مہینے تک محنت کے ساتھ لینے سے اوسکے لئے اس درجہ تک آرام ہونا ممکن ہوا تھا کہ بائین پستان کے کھلے ہوے زخم اچھے ہونے کے ہی برابر پہونچ گئے۔

تھے اور مریضہ اپنے گھر کو سفر کر سکتی تھی +

مینے سرطان کے اوبہت سے مریضون کا بھی علاج کیا ہے اونمین سے ایک کو تو سرطانِ زبان تھا اور دوسرے کو سرطانِ حلق - یعنی دونون قسم کے سرطان جوکہ فی زمانہ عام بیماریان ہین + ان موقعون پر بھی میرے علاج کو کامیابی حاصل ہوئی + چند ہفتے کے درمیان حلق کے اندر کی سرطان کی گلٹیان ملایم ہوگئین اور اونمین سے پیپ خارج ہوئی + اسکے بعد مریض بلا تکلیف کے نگل سکتا تھا +

سرطانِ زبان کے علاج مین ہر فرکشن باتھ لینے کے بعد - ایک میلے رنگ کی تہ زبان سے دور ہو جاتی تھی + اس مقام کی گرہیان زیرین حصہ جسم کے مقابلہ مین جلد تر رفع ہوئین پس زبان جلد صاف ہو گئی - اور صحیح حالت پر آگئی +

سب سے خطرناک چیز اس مرض مین بواسیر کی بہت سی گلٹیون کی جڑ مین موجود گی ہوا کرتی ہے ان موقعون پر جہانکہ مریض لوگ منجمد غذا (غیر رقیق غذا) کھانے کے ناقابل ہین - بہرکیف یہ ممکن ہے کہ اونکی ناقابل برداشت تکلیفات کم کر دیجاتین اور اونکو افیون کے جوہر یعنی مارفیا کے زہر کے اثر سے اور بھوکون مر جانے سے بچایا جاسکے + اس طریقے مین بھی ہم گلٹیون کو رفع کر سکتے ہین اور نیند نہ آنے کی شکایت کو رفع کر سکتے ہین + لیکن مریض کو شفائے صادق نہین ہو سکتی کیونکہ رقیق غذا کے متواتر استعمال سے پاخانہ صحیح طور سے نہین ہوتا ہے +

فریکشن سٹز باتھ کے اثر دم گھٹنے کے حملون کے وقت (جیسے کہ حملے سخت امراض مین اکثر ہوا کرتے ہین) بہت ہی نمایان تھے + میرے زیر علاج مریضون مین جن کو کہ اکثر کئی کئی حملے روزانہ ایسے ہوا کرتے تھے - دم گھٹنے کا خطرہ چند منٹ غسل شروع

کرنے کے بعد ہی رفع ہوگیا ہے + حلق کے اندر کی جب کبھی کہ کوئی رسولی ٹوٹی اور اوسکے
اندر کی پیپ نرخرہ کے اندر داخل ہوئی یا کہ رسولی نے پھوٹنے کے قبل پھول جانے کی
وجہ سے اندیشہ دم گھٹنے کا ظاہر کیا تو یہ دم گھوٹنے والے حملے وقوع مین آئے + بذریعہ
فرگشن باتھ کے وے حملے فوراً ہمیشہ دفع کردے گئے + یہ کارروائیان جنکے دور کرنے کے
لئے کہ اس وقت تک ٹریکیوٹومی[۱] ہی صرف ایک ایسا ذریعہ ہوا ہے جسکی آزمائش ہوچکی ہے
بہت ہی زیادہ لحاظ کے قابل ہین + ایسے نازک اوقات مین میرے فرگشن باتھ ویسی ہی
بیش بہا خدمت انجام دیتے ہین جیسا کہ وہ مرض فتحیہ یا کے دم گھوٹنے والے حملون مین کام
دیا کرتے ہین ۔ اور جنکے رفع کرنے مین افسوس ہے کہ اطبا کو بجز اعمال جراحی کے کوئی دیگر علاج
کرنا نہین آتا ہے + بذریعہ پچکاری کے سیرم[۲] کو خون کے اندر پہونچانے سے (جیسا کہ شفاخانون
کی رپورٹون سے واضح ہوتا ہے) اعمال جراحی کی تعداد مین کسی طور پر کمی نہین آئی ہے ۔ پس اس سے
ہم معلوم کرتے ہین کہ پچکاری کے ذریعے خون کے اندر سیرم پہونچانا کسقدر کم فائدہ کا کام ہے +

بدگوشت ۔ جسم کے بعض بعض حصون پر وہ نئی پیدائشین اور مختلف قسم کے ابھار
جنکو بدگوشت کے نام سے جانتے ہین ۔ بمقابلہ سرطان کے بہت کم خطرناک ہوتے ہین +
وے بھی بہت جلد اچھے ہو سکتے ہین بوجہ اسکے کہ قاعدہ کے مطابق بدگوشت بہت تیزی
کے ساتھ پیپ کی حالتمین تبدیل کر دیا جا سکتا ہے + اس طریقے سے مادہ فاسد کے جسم سے
خارج ہونے مین کم وقت لگتا ہے + اسکی تصدیق کافی طور پر میرے مطب مین مریضون کے
علاج مین ہوئی ہے ۔ جنمین سے کہ ایک کا ذکر مین اس موقع پر کرونگا +

---

[۱] ٹریکیا یعنی نرخرہ پر عمل جراحی کو کہتے ہین جو کہ سرطان حلق کی حالت مین کیا جاتا ہے
[۲] سیرم آبِ خون کو کہتے ہین +

مریضہ ایک عورت ۳۰ سال عمر کی تھی۔ اُسکے داہنے ہاتھ کی انگشتِ شہادت کچھ عرصہ سے خراب حالت مین چلی آتی تھی + اونگلی کا سر بوجہ چوٹ لگ جانیکے ورم کر آیا تھا اور جلد ہی زیادہ خراب ہوگیا تھا۔ یہانتک کہ ضرب کی جگہ ایک بہت بڑی مقدار بدگوشت کی پیدا ہوگئی تھی + اُس ڈاکٹر نے جو کہ مریضہ کا علاج کر رہا تھا فوراً اُس گوشت کو کاٹ ڈالا اور اُس جگہ کو چاندی کے تیزاب اور اسی قسم کے دیگر تیزابون سے جلا دیا۔ ایسا کرنے سے کامیابی نہوئی کیونکہ باوجود بار بار کاٹ ڈالنے اور جلا دینے کے بھی بدگوشت ہمیشہ دوبارہ پیدا ہوگیا۔ آخرکار اونگلی سڑنے لگی۔ اس وقت طبیب نے فرمایا کہ مرض ہڈی تک پہنچ گیا ہے اور مرض کے زیادہ پھیلنے کو روکنے کے لئے یہ ضروری ہے کہ عضوِ معلول قطع کر دیا جاسے + لیکن مریضہ عمل جراحی کرانے پر راضی نہوئی اور میرے پاس آئی + مینے اُسکو سمجھا دیا کہ عضو کا کاٹ ڈالنا جسکی کہ ڈاکٹر صاحب نے صلاح دی ہے محض غیر ضروری ہی نہین ہے بلکہ بالکل مضرِ صحت ہے + مینے یہ بھی بتلا یا کہ انگشت مجروح اس حالت کو کسی مقررہ سبب کی وجہ سے پہونچی اور جیونہی کہ یہ سبب دُور کر دیا جائیگا اونگلی کو بھی صحت ہو جائیگی + مینے تین چار فریکش باتھ آدھ آدھ گھنٹے کے لئے روزانہ لینے بتلائے اور قدرتی وغیر محرک غذا پر اسکو بسر کرنا بتلایا اور اول کے تین چار دن تک قبل فریکش سٹز باتھ لینے کے اونگلی کو ایک مقامی بھپارہ دینا + مریضہ اُس وقت حاملہ تھی اور اس وجہ سے اسکو فریکش سٹز باتھ لینے مین چندے پس و پیش تھا + لیکن جبکہ مینے اُس سے کہدیا کہ میرے پاس اس سے بہتر کوئی دوسری ترکیب نہ تھی تب اوس نے فوراً میری ہدایت پر عمل کرنیکا تصفیہ کرلیا ورنہ بجز اونگلی کاٹ ڈالنے کے اور کیا چارہ باقی تھا + شفا بہت ہی تیزی سے ہوئی + اول ہی غسل کے بعد بدگوشت کا آیندہ بڑھنا بند ہوگیا + تیسرے دن گوشت کی ہیبت ہونے لگی۔ یہ ایک بڑی صورت افاقہ کی تھی۔ سڑن کی حالت بند ہوگئی تھی اور پسٹھون اور اونگلیون کیلئے تمام خطرہ دور ہوگیا تھا۔ چودہ ۱۴ روز کے اندر انگشتِ معلول بالکل اچھی اور اوسپر کوئی نشان بھی باقی نہ رہا + +

(تمام ہوا دوسرا حصہ)

بغیر ادویات اور بغیر اعمال جرّاحی زخمونکا علاج اور اونکو آرام کرنا

یہ بات کچھ آسان نہین ہے کہ اُس مستحکم یکطرفہ رائے کو جو کہ علم جراحی کے اُصُولون کے مطابق زخمون کا علاج کرنے کی بابت لوگون کی قایم ہوگئی ہے مغلوب کیا جاوے مروجہ یقین یہ ہے کہ جملہ قسم کی ضربات۔ خواہ اندرونی ہون۔ خواہ بیرونی۔ نیز تمام زخم صرف علاج جراحی و سڑن کو روکنے والی ادویات کے ذریعہ سے ہی آرام ہو سکتے ہین+ یہ امر کہ یہ خیال کیسا غلط ہے اُس بڑی کامیابی سے ثابت ہوتا ہے جو کہ میرے طریق علاج کو (اس بارہ مین) حاصل ہوئی ہے، واقعی یہ ایسے[ل] ہی علاجون مین ہے جو کہ

ل یعنی زخمون کے علاجون مین + ۱۲

ہائڈروپیتھی[1] کے شفا کرنے کی عجیب طاقت ایسے نادر طریقے مین دکھلائی جا سکتی ہے + اور ہمارے طریق علاج کی بہ نسبت کوئی دوسرا زیادہ زبردست ذریعہ ایسا نہین ہے جسمین کہ پانی اور دیگر قدرتی وسایل سے زخمون کے علاج کرنے کے طریقہ کا اعلان کیا جاوے +

علاوہ اس امر کے کہ میرے طریق علاج مین کوئی تکلیف نہین ہوتی ایک یہ بھی بات ہے کہ اس علاج سے ہم ہر ایک چوٹ کو بمقابلہ اُن ادویات کے علاج کے جس کو انٹی سیپٹک[2] علاج کہتے ہین۔ ایک تہائی ⅓ وقت سے کم مین ہی آرام کر سکتے ہین + اس بات کا ثبوت بہت سے اُن مریضون سے ملتا ہے جنکی کہ ضربات کو (اس طریقہ علاج سے) شفا پہونچائی گئی ہے + ایک بھی موقعہ ایسا نہین ہوا جسمین کہ ناکامیابی حاصل ہوئی ہو + میرے طریق علاج مین ایک بڑا فایدہ یہ ہے کہ محض وہی نشانات زخم جو کہ اعمال جراحی مین ہونا ضروری ہین نہین بنانا پڑتے بلکہ زخمون کے بھی در اصل کوئی نشانات اونکے (صحت پا لینے کے) بعد باقی نہین رہتے + جب کبھی کہ کوئی بیرونی صدمہ پہونچتا ہے۔ (مثلاً کوئی کٹا ہوا زخم) ٹھوکنے کا زخم۔ کچیٹ یا خراش۔ آگ سے جلنے کا زخم۔ برف یا پانی سے جلنے کا زخم۔ تو یہ بات فوراً دیکھی جاوے گی کہ جسم اسکو آرام کرنے لگتا ہے + چوٹ سے جو اعصاب مین حرکت پیدا ہوئی ہے اوسکے باعث خون کا

---

[1] ہائڈروپیتھی لفظ یونانی زبان کا ہے۔ مراد اُس طریقہ علاج سے ہے جسمین کہ محض پانی کے استعمال سے تمام امراض کو شفا پہونچائی جاتی ہے + پانی کا استعمال صدہا طریقون مین مختلف طور سے کیا جاتا ہے +

[2] زخمون کا علاج اُن ادویات کے ذریعہ سے جو کہ سڑن کو روکنے والی بتلائی جاتی ہین مثلاً آیوڈوفام وغیرہ کے ذریعہ سے علاج کو انٹی سیپٹک ٹریٹمنٹ کہتے ہین + ۱۲

اور ضروری مادہ کا بہاؤ زخمی مقام کی طرف زیادتی کے ساتھ ہوتا ہے + اس مادہ کے اکٹھا ہونے کی وجہ سے جو رگڑ کہ لگی ہے اسکے باعث زیادہ گرمی اور ورم اس مقام پر ہو جاتا ہے۔ خاصکر کھچٹ و خراش اور جلنے کے زخمون کی حالت مین اس کارروائی مین درد بھی زیادہ ہوا کرتا ہے +

اب اگر جسم کے ستین اسکی اس خرابی کے رفع کرنے کی کوشش مین ہم صحیح طریق مین امداد کرین تو شفا بہت ہی جلد اور بلا تکلیف کے واقع ہو جاے گی +

دردہاے مذکورۂ بالا اکثر محض اسی وقت شروع ہوتے ہین جبکہ جسم شفا کرنے کا کام شروع کر دیتا ہے + وہ دردہاے بجز ایک **مقامی بخار کے جو کہ زخم کی وجہ سے** ہو جایا کرتا ہے۔ اور کوئی دوسری چیز نہین ہین + اگر ہم یہ بات یاد رکھین کہ مثل دیگر امراض کے زخمون کی حالت مین بھی ہم کو بخار سے ہی کام پڑتا ہے گو کہ یہ بخار مختلف صورت کا ہو۔ تو اس کے آرام کرنے کے طریقے کو دریافت کر لینا کوئی مشکل امر نہ ہوگا +

جیسا کہ ہمکو معلوم ہے۔ ہماری توجہ سب سے اول اس بخار کے فرو کرنے پر لگنی چاہیے خاصکر اس حالت مین جہانکہ چوٹ دور تک پہونچی ہے۔ تاکہ یہ مقامی حالت بخار۔ کل جسمانی بخار نہ ہونے پاوے +

اگر ہم بخار کے روکنے مین کامیاب ہو جاوین تو درد دفعتًا جاتا رہے گا + یہ بات کسی اور موقعے پر ہم اس سے زیادہ صاف نہین دیکھ سکتے کہ بخار جسم کی بجز اوس کوشش کے اور کچھ نہین ہے جو کہ اوسین شفا کرنے اور کمی پورا کرنے کی ہوا کرتی ہے + بدقسمتی سے یہ بات آجکل عام طور سے دیکھنے مین آتی ہے کہ زخم کے باعث پیدا شدہ مقامی بخار

کل جسم پر پھیل جاتا ہے جسکی وجہ سے کہ زخم بہت زیادہ آہستہ آہستہ شفا پاتے ہین اسکے لئے ایک گہری وجہ موجود ہے + تندرست شخصون کے زخم بہت جلد اور بہت آسانی کے ساتھ اچھے ہو جاتے ہین - اس طور سے اس شخص کے زخم اچھے نہین ہوتے جسکے جسم مین کہ بار مادہ فاسد کا موجود ہے اور جو کہ علے ہذا ایک اندرونی بخار مین مبتلا ہے + ایسی حالت مین چوٹ کا لگنا اور اوسکے ساتھ اعصابی حرکت کا واقع ہونا + ایک اور بھی زیادہ وسیع کارروائی جوشش سمن کے لیے ایک قسم کا تحریک کرنے والا سبب باسانی بن سکتا ہے + لیکن جہان کہ ایسا بھی نہین ہوتا وہان شفا مین دیر لگ جاتی ہے + جسم زیادہ مقدار خون کی مقام مضروب کی جانب بھیجتا ہے - اسکی وجہ سے مادہ فاسد بھی اُس مقام پر زیادہ پہونچتا ہے + پس ایسے مقام پر مادہ فاسد جلد جمع ہونے لگتا ہے - یا یہی مقام ایک کھلے ہوے زخم کی شکل مین ہو کر مواد خارج کرنیوالی ایک نالی بن جاتا ہے +

مین نے اس بات کو اکثر دیکھا ہے کہ ان جانورون کی حالت مین جو کہ بغیر کسی امداد کے خود اپنے ہی اوپر چھوڑ دیے جاتے ہین - زخمون کو ایک تعجب انگیز قلیل عرصہ مین آرام ہو جاتا ہے + ان قدرتی وقوعون کے مطالعہ کرنے مین مجھے اس بہت بڑے فرق کو دیکھ کر ہمیشہ حیرت ہوئی ہے جو کہ درمیان حیوانون کے زخمون اور انسان کے زخمون کے آرام ہونے مین پایا جاتا ہے + اس سے زیادہ کسی اور بات نے مجھے اسرار قدرت پر غور کرنے اور اونکی نسبت تحقیقات کرنے کی تحریک نہین کی + مثل عوام کی رائے کے ایک وقت میری بھی یہی رائے تھی کہ چوٹ کے معاملہ مین غریب جانوران بمقابلہ اُن انسانون کے جنکے کہ احاطہ اختیار مین تمام تدابیر حکمت موجود ہین اور جن کو کہ احباب کی جانب سے

محبتانہ حفاظت کا موقع حاصل ہے۔ بدتر حالت مین ہین + لیکن تجربہ نے مجھے دکھلا دیا ہے کہ جانورون کی حالت مین شفا بمقابلہ اُن مریضون کے جو کہ شفاخانون مین رہتے ہین بہت زیادہ جلد حاصل ہوتی ہے + میرے بغور دیکھنے نے مجھے اِس نتیجے پر پہونچا دیا ہے کہ اس معاملہ مین ایسا محض اتفاقیہ ہی نہین ہوسکتا بلکہ اسکے نیچے ضرور کوئی وجوہات عمیق موجود ہونگی + اسکی وضاحت کے لئے چند مثالین پیش کرتا ہون +

پھانسنے کی ایک لوہے کی کل مین ایک بلی پھنس گئی جس سے کہ اوسکی داہنی ٹانگ گھٹنے کے ایک انچ یا زیادہ اوپر ٹھیک ٹھیک اوس جگہ جہان کہ گوشت شروع ہوتا ہے۔ ٹوٹ گئی + اپنا پیر چھوڑانے کی کوشش مین بلّی نے پھانسنے کی اس کل کو اِدھر اُدھر گھسیٹا تھا جس سے کہ پیر کئی بار اینٹھہ گیا تھا اور زخمی مقامات مین گرد وغبار اور تنکے بھر گئے تھے اُس جال مین سے بلی کو نکال دینے پر وہ بلّی اپنا ٹوٹا ہوا پیر ہوا مین اپنے پیچھے لٹکاتی ہوئی بھاگی + چند روز تک اُسکا نشان بھی نہ ملا پس یہ خیال کیا گیا کہ وہ مرگئی +

اسکے بعد ایک ہی ہفتہ گزرا ہوگا کہ قریب کے کھلیان مین ایک بلّی مریض دستیاب ہوئی اور یہ بلّی وہی نکلی جو پھانسنے کی کل مین پھنس گئی تھی + اس عرصہ مین پچھلی ٹانگ ایک تعجب انگیز طریقے مین آرام ہو گئی تھی۔ لیکن بہت سا ورم مقام شکستگی پر اب بھی موجود تھا + اس جانور کی حالت لاغری سے یہ عیان تھا کہ اوسنے پورے ہفتہ بھر کچھ بھی نہین کھایا + باوجود اس بات کے اوسنے مزہ دار کھانا کھانے سے قطعی انکار کیا اور نہ وہ پانی چھوتی تھی + مضروب ٹانگ کو اوسنے بہت ہی ہوشیاری کے ساتھ ہمیشہ

ایک ہی حالت مین پھیلائے رکھا اور جلد جلد اُس کو وہ اوپر سے چاٹتی رہی +
طہرا اِس سے درد کو آرام معلوم پڑا۔ کیونکہ وہ اس خاص حصہ کو بہت ہی
اطمینان کے ساتھ چاٹتی تھی + اس بلّی کے بھوکے رہنے کی وجہ بھی قابل لحاظ ہے +
جیسا کہ ہم کو معلوم ہے ہاضمہ کی کارروائی ایک جوش وسٹرن کی کارروائی ہے اور
بغیر گرمی کی پیدائش کے یہ خیال مین بھی نہین آسکتی + اب چونکہ جانور کے پاس زخم کے ٹھنڈا
کرنے کے لیئے پانی موجود نہ تھا تو اوسنے کھانا بالکل چھوڑ دیا تھا تاکہ جسم مین اور زیادہ
گرمی نہ پیدا ہو + اوسکی عقل حیوانی نے اُسکو بتلادیا کہ ٹھیک ٹھیک کیا کرنا چاہیئے +
چند دنون کے بعد یہ بلّی جو کہ محض استخوان و پوست ہی رہ گئی تھی پھر نظر آئی اور کسیقدر
دُودھ ملنے کے بعد خوب مضبوط ہو گئی + ایک مہینے کے بعد بلّی پوری حالت تندرستی مین
ہو گئی۔ مقام شکستگی پر ایک گرہ ہی اُسکی چوٹ کا نشان باقی رہ گئی۔ مگر یہ کسی طرح سے
اوسکی نقل و حرکت مین ہارج نہوئی +

اب خیال فرمایئے کہ ایک ایسا ہی واقعہ کسی انسان کو اگر پیش آیا ہوتا تو اوسکے
شفا کرنے مین سٹرن کو روکنے والے علاج نے کیا طریقہ اختیار کیا ہوتا ؟

عضو مجروح کا کاٹ ڈالنا غالباً ضروری ہوا ہوتا۔ اور کئی
مہینون صرف ہو گئے ہوتے حتیٰ کہ مریض اسقدر اچھا ہو جاتا کہ اپنی بقیہ زندگی پھر اسی
حالت لنگڑاپن مین رہنے کے قابل ہو سکتا + فرض کیجئے کہ ٹانگ نہ قطع کری گئی ہوتی
تو بھی عمدہ سے عمدہ حالت مین ادویات کے ذریعہ علاج سے ٹانگ ہمیشہ کے لئے
سیدھی رہ گئی ہوتی +

حیوانی دنیا سے ایک اور تمثیل لیکر اس موقع پر پیش کرتے ہین جو کہ زخمون کی

نسبت میرے علاج کو سمجھانے کے لئے بہت موزون ہے +
چھرّون کے فیر سے ایک کُتّا سخت مجروح ہوا۔ لیکن مُہلک درجہ تک نہین+
کئی چھرے اوسکی اگلی اور پچھلی ٹانگون کے پار ہو گئے تھے اور دو چھرّے
گردن مین داہنی جانب سے داخل ہوئے تھے اور بائین جانب جلد مین
گھُسے ہوے موجود تھے۔ ہوا کی نالی۔ کھانے کی نالی (حلق) اور شہ رگون کو
خوش قسمتی سے نقصان نہین پہونچا تھا + جب ہی کہ زخمون مین تکلیف معلوم ہونے
لگتی تھی۔ تب ہی کُتّا کسی سایہ دار اور تری کی جگہ کو تلاش کر لیتا تھا اور اپنا
جسم خاصکر زخمی حصہ کو اُس تازہ مٹی سے ٹھنڈا کر لیتا تھا جس کو کہ گرم ہو جانے پر
وہ از سرِ نو کھرونچ لیا کرتا تھا۔ زخمون کو وہ متواتر چاٹتا تھا اور ہر قسم کے کھانے
کو اوسنے کھانا چھوڑ دیا تھا+ دو بار روزانہ وہ قریب کے تالاب پر پانی پینے کے
لئے جایا کرتا تھا۔ صرف یہی اوسکی غذا تھی+ اس موقع پر بھی شفا جلد ہوئی+
پانچ دن مین اوسکی ٹانگون کے وہ زخم جنکو کہ وہ برابر چاٹتا تھا اچھے ہو گئے ہوسے
خیال کئے جاتے تھے گو کہ کسی قدر ابھی ورم کئے ہوئے تھے+ اوسکی گردن جس کو کہ
وہ چاٹ نہین سکتا تھا برخلاف اسکے زیادہ دیر مین اچھی ہوئی+ حالانکہ یہ اس قدر
خراب طور سے مجروح نہین ہوئی تھی جیسا کہ ٹانگین مجروح ہوئی تھین+
اس جانور نے چوٹ لگنے کے قریب ایک ہفتہ بعد تک کچھ نہین کھایا تھا+
اس عرصہ مین گردن کے زخم بھی اچھے ہو گئے تھے + اب وہ چھرّے کھال اور گوشت
کے درمیان پڑے تھے+
ایک تیسرا قصہ بھی ناظرین کے لیے باعث دلچسپی ہوگا + مُلک نیوفاونڈلینڈ

ایک بڑے کُتے کا داہنے ہاتھ کا پنجہ گھوڑون کی چلتی ہوئی گاڑی کے نیچے آگیا اور بہت ہی کچل گیا + کھال اوپر سے الگ ہوگئی اور ہڈی کے ٹکڑے ٹکڑے ہو گئے + کُتا چلنے کے قابل نہ رہا اُس کو دوسرے لوگون نے گھر پہونچایا + یہان پر (گھر پر) وہ ایک سایہ دار جگہ مین گھسٹ کر چلا گیا اور اپنے پنجہ کو متواتر چاٹتا رہا + چارون تک کُتے نے کچھ بھی غذا نہ کھائی + اب اوسکے زخم کو اسقدر کافی آرام ہوگیا کہ وہ تین ٹانگ سے اِدھر اُدھر جاسکا۔ بیس یوم مین یہ کُتا بالکل اچھا ہوگیا +

اِن مثالون سے ہم انسان کی حالت مین زخمون کے علاج کے متعلق بہت سی مفید باتین اکٹھی کرسکتے ہین + **پانی سے ٹھنڈک پہونچانا۔ اور غذا سے۔ یا بہر کیف گرمی کرنے والی ہر قسم کی غذا سے پرہیز کرنا۔** اس حالت مین بھی یہ قدرتی معالجے ہین +

فی زمانہ ہسپتالون مین جو طریقہ جراحی استعمال کیا جاتا ہے۔ جسکے مطابق کہ بہت ہی قوت بخش غذائین مثلاً۔ گوشت۔ گوشت کی چاء۔ بیضہ۔ دودھ۔ شراب مریض کی اصلی قوت زندگی بڑھانے کے لئے بتلائی جاتی ہین۔ بالکل غلط ہے + ایسا کرنا سب سے خراب بات ہے جو کہ کیجا سکتی ہے اور قوانین قدرت کے بالکل خلاف ہے + میری راے مین یہ سب سے اچھا ہے کہ زخمون کے علاج کی شروع حالت مین ہی جسم پر اور کچھ بھی کام کا بوجھ نہ ڈالا جاے۔ کیونکہ ایسا کرنے سے جسم کی شفا حاصل کرنے کی کوششون مین محض رکاوٹ واقع ہوتی ہے + **کاربولک ایسڈ۔ آیوڈین۔ کروسیو سبلیمیٹ۔ کوکین** وغیرہ سے زخمون کا علاج سڑن روکنے والے طریق مین کرکے پیشہ طبابت اس امر کو دکھلاتا ہے کہ آج کے دن نئے

اسکو کسقدر کم واقفیت اُن کارروائیون کی اصلیت اور مقصد سے ہے جو کہ جسم انسان مین ہوتی ہین + سرجن لوگ ہائڈروپیتھی کے مشہور معالجون سے قطعی واقفیت نہ رکھکر ہمیشہ صحیح راستہ سے زیادہ زیادہ دُور علیحدہ ہوتے جاتے ہین۔ شفا کرنے کا قدرتی طریقہ اونکے لئے معلوم ہی نہین ہے +

اِن تمہیدی باتون کے بعد اب مین مختلف قسم کے زخمون کی نسبت غور کرونگا اور تمثیل کے لئے چند سچے حالات بیان کرونگا +

کٹے ہوئے۔ چھدے ہوئے۔ کُچلے ہوئے۔ اور پھٹے یا چرے ہوئے زخم +

جبکہ جسم مین کوئی زخم بذریعہ کاٹنے کے۔ بھونکنے کے۔ خراش کے۔ یا پھٹنے یا چرنے کے پہونچتا ہے تو بڑی اور چھوٹی قسم کی خون کی شریان جوکہ اس طرح (زخم سے) کھُل گئی ہین۔ وہ اپنا خون بوجہ اندرونی دباؤ کے اُس وقت تک باہر کو نکالتی رہتی ہین جب تک کہ اندر کے دباؤ کے مقابل باہر کا دباؤ برابر نہ ہوجائے + چونکہ یہ کارروائی زخمون کے علاج مین ایک ضروری حصہ حاصل کرتی ہے اِس وجہ سے اُس کو تفصیل کے ساتھ خیال مین لانا اچھا ہوگا + جیساکہ بخوبی معلوم ہے۔ ہم لوگ معمولاً ہوا کے ایک ایسے دباؤ مین رہتے ہین جسکا بوجھ کہ ہر ایک انچ مربع پر قریب پندرہ پونڈ کے پڑتا ہے + ہمارے جسم اس دباؤ کو برداشت نکرسکتے نہ اُس کو سہار سکتے اگر اونکے اندر کی جانب سے ایک قسم کے اونچے درجہ کا دباؤ نہ ہوا ہوتا +

اے ناظرین آپ لوگون مین سے بہت لوگون نے پہاڑون پر چڑھتے وقت بیشک دباؤ کے اِس فرق کو بغور ملاحظہ کیا ہوگا۔ بہت اونچے پہاڑون پر

یا غبارے کے سفر مین - ہوا کا دباؤ[ک] اسقدر کم رہتا ہے کہ بعض اوقات منہ سے
ناک سے - آنکھون اور کانون سے بوجہ زیادتی اندرونی دباؤ کے خون نکلنے لگتا ہے +
جیون ہی کہ اندرونی دباؤ پر اوسی کی برابر بیرونی دباؤ پڑتا ہے تو خون کا بہنا اوسی دم
بند ہو جاتا ہے + جبکہ جسم کو زخم پہونچتا ہے تو وہ رکاوٹین جو کہ خون کے اندرونی دباؤ
کو قدرتی حدود کے اندر روکے رکھتی ہین دُور ہو جاتی ہین اور پس زخم کے باعث سے
خون فوراً جاری ہو جاتا ہے + پس سب سے اول بات یہ ہے کہ خون کے بہنے کو بند کرین +
بلحاظ قد و قامت و گہرائی زخم کے خون کا زور کم و بیش ہوتا ہے - نیز بلحاظ اس بات کے
کہ آیا چھوٹی یا بڑی خون کی رگین مجروح ہوئی ہین + جب کبھی کہ ممکن ہو تو خون کی رگون کو
باندھنے سے پرہیز کرین کیونکہ شریان کے باندھنے سے ہم دوران خون مین رکاوٹ پیدا
کرتے ہین - اور جسم کا ایک ایسے طریقے مین علاج کرتے ہین جو کہ قدرتی خیال نہین خیال
کیا جاسکتا + اور بھی دوسرے زیادہ سریع الاثر طریقے ایسے ہین جنکی وجہ سے کہ شریانون
کے باندھنے کی ضرورت رفع ہو سکتی ہے + صرف اوسی حالت مین جبکہ خون کی بڑی رگون مین
ضرب پہونچنے کے باعث خون کے نکل جانے سے زندگی خطرے مین آجانے کا احتمال ہو -
اور ضروری گدیان پاس موجود نہون تب ہی شریان یا اعضا کو باندھنا روا سمجھا جاسکتا ہے +
خون کے نکلنے کے ساتھ ہی درد عموماً پیدا ہو جاتا ہے - جو کہ خون بند ہونے کے

ک جیون جیون ہوا مین اوپر جاتے ہین - دباؤ ہوا کا کم ہوتا جاتا ہے کیونکہ ہوا پتلی اور ہلکی ہوتی گئی ہے
اسقدر کہ آپ زیادہ زیادہ اونچے پر جائے خواہ پہاڑ پر یا غبارے کے ذریعے آسمان پر اوسی قدر
بدم ہوا کا دباؤ کم ہوتا جاتا ہے یہانتک کہ سانس لینے مین بھی تکلیف معلوم ہونے لگتی ہے اور
زیادہ اونچائی پر ناک - آنکھ اور کان سے خون نکلنے لگتا ہے + ۱۲

ساتھ ہی رفع ہو جاوے گا + اس مقصد کے حاصل کرنے کے لئے بجز اسکے کوئی اَور زیادہ مناسب طریقہ نہین ہے کہ زخم کو خوب عمدہ طور سے ایک گیلے کپڑے سے جس کو کہ کئی مرتبہ تہ کر لیا گیا ہو باندہین تاکہ خون کے اندرونی دباؤ کا زور رُک جاوے اور اوسی کے ساتھ ہی ساتھ خون کا نکلنا بند ہو جاوے + اگر ممکن ہووے تو اوسکے بعد زخمی حصہ کو سرد پانی مین اُس وقت تک رکھین جب تک کہ درد رفع نہو جائے - اس مین کئی گھنٹے شاید لگ جاوین + اگر ایسا ممکن نہو تو اُس کپڑے کی گدّی پر سرد پانی متواتر ٹپکا کریا تھوڑے تھوڑے عرصہ کے بعد ٹپکا کر مقام مجروح کو ٹھنڈا کرین تاکہ کپڑے کی گدی خوب ٹھنڈی ہی رہے +

یہ امر کہ موٹے کپڑے کی گدّی کسقدر دبیز ہونی چاہیئے یعنی کتنی تہ کی ہونی چاہیئے اسکا انحصار اعضا کی چوٹ کی قسم پر ہوتا ہے یعنی خون کے اندرونی دباؤ پر + چھوٹے چھوٹے زخمون کے لئے کپڑے کی دو چار یا چھ تہہ کر لیجاوین - بڑے زخمون کے لئے ۱۰-۱۵-۲۰ یا ۳۰ تک تہ کر لیجاوین + اگر کوئی گدی جو کہ کسی بڑے زخم پر رکھی جاوے بہت ہی پتلی ہو تو اُس سے نہ تو خون کا اجرا بند ہوگا نہ زخم کو جلد آرام ہوگا + برخلاف اس کے گدی بہت موٹی بھی نہونی چاہیئے - مثلاً اونگلیون پر کٹنے کے زخم بیس۲۰ تہ کی موٹی گدی کے نیچے بہت زیادہ دیر مین اچھے ہوتے ہین بمقابلہ ایک ہلکی گدی کے جو دو یا چار تہ کی ہو + کپڑے کی گدی ایسی تہ کرنی چاہیئے کہ زخم کے کنارون سے قریب ایک انچھ سے زاید باہر نہ نکلی رہے + اس طریق مین قریب کے حصون مین دوران خون بحالت زخم بھرنے کے نہین رُکیگا - یہ بات بہت ہی ضرورت کی ہے + پانی کی گدی کے اوپر صرف ایک اونی کی پٹی ایک یا ایک سے زاید بار لپیٹ دینی چاہیئے + اس طریق مین گدّی

اپنی جگہ پر قایم رکھی جاسکتی ہے اور اوسکا دباؤ کم وبیش کیا جاسکتا ہے۔ اور اسکی ساتھ جسم مین مناسب درجہ کی گرمی لائی جاسکتی ہے + گدیون کو استعمال کرنے کے قبل اونکو سرد اور صاف پانی مین اور اگر ممکن ہو تو ہلکے پانی مین غوطہ دے لینا چاہیے اور آہستگی سے نچوڑ دینا چاہیئے + جس وقت تک کہ اونسے جسم کو ٹھنڈک پہونچتی رہے گی اوس وقت تک کوئی درد شدت کے ساتھ نہ اوٹھینگے + جب کبھی کہ گدی گرم ہو جاوے تو اوس کو پھر تازہ سرد پانی مین غوطہ دیدینا چاہیئے + اگر درد معلوم ہونے لگے تو اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ زیادہ سرد گدّی کے استعمال کا وقت اب ہے اور ابتدا مین تو ایسا ایسا اوقات کرنا چاہیئے +

لیکن بعض حالتون مین گدیون کا باوقات استعمال کرنا مناسب نہین ہے + ایسی حالت مین یہ بہتر ہے کہ زخم کے اوپر ایک گدی چکنی مٹی یا پنڈول کی رکھین + اسکے طیار کرنے کے لئے کچھ خوب صاف کی ہوئی چکنی مٹی یا پنڈول کو ایک برتن مین رکھو اور سرد پانی اسمین ملا کر بطور گاڑھی لئی کے بنالو + ایک موٹے کپڑے کے ٹکڑے کے اوپر اس لئی کو موٹا موٹا پھیلادو۔ اور تب اُس کو زخم کے اوپر لگا دو اس طور سے کہ مٹی کی سمت جلد کے اوپر رہے۔ مٹی اُس سے ملی رہے + یہ گدی بعد چند گھنٹے کے تبدیل کر لیجاسکتی ہے + یہی طریقہ بحالت بدگوشت یا سڑے ہوئے زخمون کے عمل مین لایا جاسکتا ہے + اس موقع پر یہ کہا جاسکتا ہے کہ میڈیکل اسکول کے پکّے قایم مقامان نے بغیر اسکے کہ پانی کے ذریعے معالجے کے صحیح علم کی کچھ واقفیت رکھین۔ کچھ عرصہ ہوا کہ پانی کی گدیون مین ایک بہت ہی عجیب ترقی حاصل کی ہے جس کو کہ میڈیکو سرجیکل (یعنی ادویات کے ساتھ جراحی) کہہ سکتے ہین + وے لوگ انڈیا ربڑ کا ایک ایک پرت

درمیان گدی اور اونی کپڑے کے دیدیتے ہین + اس قسم کی پانی کی گدیان بہت کم کار آمد ہوتی ہین - کیونکہ ربڑ کی وجہ سے گدی سے پانی کا اڑنا اور جسم کے اجزات کا آزادی سانہ نکلنا رک جاتا ہے + اس قسم کی باندرو بیٹی محض بے اصل ہے + ایسی گدیون سے نتیجہ دلخواہ حاصل نہین ہوتا + مین سب لوگون کو ایسی گدی کے استعمال سے متنبہ کرتا ہون +

جیسا کہ ہم اوپر دیکھ چکے ہین غذائے غیر محرک کا اثر زخمون کے آرام کرنے پر بہت ہی عمدہ پڑتا ہے + جسقدر کہ غذا کم کھائی جاوے اور جسقدر کہ غذا کمتر غیر محرک ہوگی اوسی قدر بہتر زخم کے صحت ہونے کی کارروائی بھی ہوگی + بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی اور پھل - اور پانی بغیر کوئی شئے اوسمین شامل کئے ہوئے سب سے عمدہ غذا ہے + وہ کھانے جو کہ بہت ہی جلد اور بہت ہی آسانی سے ہضم ہو جاتے ہین وے سب سے عمدہ ہین - کیونکہ اونسے جسم مین حرارت بہت ہی کم بڑھتی ہے + زخمون کے علاج مین یہ بات بہت ضروری ہے +

ایک اور بھی علاج ہے جو کہ (جس موقع پر کہ اسکا استعمال ہوسکتا ہے) زخمون کے آرام ہونے کی کارروائی کو بہت ترقی دیتا ہے - وہ علاج میرے **ٹب** اور **فریکشن باتھ** ہین + اونکے استعمال سے زخم کے اوپر کا بخار بالکل رک جاتا ہے - یا کہ اگر مقامی بخار آگیا ہے تو وے غسل اوس کو نکالدینے کا کام کرینگے + اسکے ساتھ کل جسم کی اصلی طاقتون کو ایسی تحریک کردی جاتی ہے کہ زخم کے آرام ہونے کی کارروائی مین بہت تیزی آجاتی ہے + یہ غسل خصوصا اُن تمام لوگون کے لئے ضروری ہین جنکے جسم مین مادۂ فاسد کا بار زیادہ ہے +

مذکورۂ بالا بیان کو مین چند متثیلات کے ذریعے سے سمجھاونگا +

ایک کارخانہ مین ایک شخص عمر چہل سالہ کا بایان ہاتھ ایک گول آری کے ذریعے مجروح ہوگیا تھا - انگشتِ شہادت اور انگوٹھے کے درمیان کی موٹی کھال کو آری نے

پھاڑ ڈالا تھا اور یہ کھال آری پر لٹک رہی تھی۔ خوش قسمتی سے ہڈی کو ضرب نہین پہنچی تھی +
اس واقعہ کے چند منٹ بعد اُس شخص مجروح کو بیہوشی ہو گئی۔ اُس بیہوشی سے وہ شخص
قریب نصف گھنٹے تک بیدار نہوا + اس عرصہ مین کپڑے کی ایک قمیص کو کئی تہ کر کے
زخمی ہاتھ کے گرد اس سختی سے باندھ دیا گیا تھا کہ خون کا بہنا قریب قریب بند ہو گیا تھا +
اس طور سے ہاتھ کو باندھ کر سرد پانی کے ایک برتن مین رکھا گیا + اس کارروائی سے ایک
گھنٹے کے اندر ہی درد بہت کم ہو گیا اور دن بھر مین بالکل رفع ہو گیا +

ٹھنڈک پہونچانے کی یہ کارروائی اولاً دن رات برابر جاری رکھی گئی۔ لیکن چوتھے روز یہ ممکن
ہوا کہ گدّی کا قد چھوٹا کر لیا گیا تاکہ اُس ہاتھ کی جگہ (اس رکاوٹ سے) آزاد ہو جائے +
قریب بیس تہ کی ایک گدی اب زخم پر رکھی گئی اور تمام ہاتھ کے گرد اونی کپڑا لپیٹ کر اُس
گدی کو زخم کے اوپر مضبوطی سے دبا دیا گیا + اونی کپڑے نے بقیہ ہاتھ کو جلد گرم کر دیا۔
جسکی وجہ سے کہ صحیح دوران خون مین ترقی ہوئی + اولاً گدّی کو سرد پانی مین نصف
گھنٹے مین تر کرنا ہوتا تھا۔ اور اوسکے بعد زیادہ زیادہ عرصہ مین اور قریب دو ہفتے مین
زخم کو اسقدر آرام ہو گیا تھا کہ اوسکے خارجی علاج کی اب کوئی ضرورت نہ رہی تھی + چار ہفتے
مین وہ شخص پھر اپنے ہاتھون سے کام کرنے لگا + یہ بھی کہدینا چاہیئے کہ علاج کے دوسرے ہی
دن سے مریض نے روزانہ دو مرتبہ فرکیشن باتھ لئے جنھون نے کارروائی شفا کو تیز کر دیا +
یہ بھی کہدینا چاہیئے کہ مریض کی تندرستی کی حالت عمدہ نہ تھی +

انٹی سیپٹک ٹریٹمنٹ کے ساتھ بہت اغلب ہے کہ آرام بدیر اور تکلیف کے
ساتھ ہوا ہوتا + ڈاکٹر نے ضرور زخم مین ٹانکے بھر دیئے ہوتے جسکا انجام کہ انگوٹھے کی سختی
اور اوسکا بے حس ہونا ضرور ہوا ہوتا +

علاوہ جلدی سے آرام ہونے کے میرے علاج مین زخم کو اس طرح سے آرام ہوا
کہ اوسکا کوئی نشان ذرا سا بھی باقی نہ رہا + اگرچہ ابتدا مین زخم بہت ہی کشادہ تھا جسم نے
اُسکو اندر کی جانب سے بھرا۔ زخم کے سرے خود بخود وقت مناسب کے اندر مسدود ہو گئے +
کئی ضروری اعصاب کے سلسلے اس ضرب سے چونکہ ضائع ہو گئے تھے اس لئے
اُس وقت نصف انگوٹھے مین سے حس (یعنی چھو کر معلوم کرنے کی قوت) جاتی
رہی پس وہ مریض مہینون تک اپنے انگوٹھے کی مدد سے چھوٹی چھوٹی چیزون کو اپنے
ہاتھ سے نہ پکڑ سکا + میرے **فریکشن سٹز باتھز** روزانہ کچھ عرصہ دراز تک
لیتے رہنے کے بعد سلسلے اعصاب کے پھر ایسے درست ہو گئے تھے کہ اُس اونگلی مین
صحیح حس لوٹ آئی +

کچٹ - نیلگون چوٹین - اور ضربات اندرونی - مذکورہ بالا علاج
کچٹون اور نیلگون چوٹون کے لئے بھی مناسب ہے - کچٹون اور نیلگون چوٹون اور ضربات
اندرونی کی حالت مین ایسا اکثر واقع ہوتا ہے کہ خون سے بھری ہوئی رسولیان اور خون کی
تھیلیان اندر کی جانب بنجاتی ہین اور تمام جسم پر ایک قسم کا خلل پیدا کرنے والا اثر ڈالتی ہین +
جن حالتون مین کہ باہر کی جانب سے رسائی نہین ہوسکتی تو اونمین میرے **فریکشن سٹز باتھز**
سے عجیب شفا یابیان حاصل ہونگی + یہ غسل تمام جسم کو اندر سے ٹھنڈک پہونچاتے ہین
اور اوسکے ساتھ ہی ساتھ اعصاب کو بے حد مضبوطی بخشتے ہین +

خاص خاص حالتون مین جہان کہ جمے ہوئے خون کے اندرونی اجتماع یا دیگر اشیاء
جو کہ سڑن کی وجہ سے پیدا ہو جاتے ہین + میرے غسلون کے ذریعے سے کافی تیزی کے ساتھ
منتشر نہون تو **مقامی اسٹیم باتھز** کا استعمال کیا جاوے جنکا اثر بہت عمدہ ہوگا

لیکن انکے بعد فریکشن باتھ ضرور لینے چاہئین + اسٹیم باتھ کے ذریعہ سے تمام ناقص مادّہ زیادہ آسانی کے ساتھ خارج ہو جانے کے قابل کر دیا جاتا ہے +

ایک مرتبہ ایک لڑکی نے جسنے کہ اپنے دہنے ہاتھ کی انگشت شہادت اپنے ایک معزہ بُننے کی کل مین کچل لی تھی اور چھید لی تھی مجھ سے مشورہ لیا + شروع کے ہفتون مین اسکا علاج ایک صادق طبیب نے کیا تھا - جسنے کہ اینٹی سیپٹک ٹریٹمنٹ کے خزانہ کو بغیر اُس زخم کے آرام کر دینے مین کامیابی حاصل کئے ہوئے ختم کر دیا تھا + اُس نے آیوڈوفارم - کاربولک ایسڈ - اور سیلی سیلک ایسڈ کا استعمال کیا تھا اور اُس لڑکی سے یہ کہدیتے ہین کہ اوسکی اونگلی یا ہاتھ کا کٹنا شاید ضروری ہو جائے کچھ بس و پیش نہین کیا تھا + لڑکی کو بڑی ہی خوفناک تکلیف سہنا پڑی اور اونگلی زیادہ زیادہ سوجتی گئی یہانتک کہ بالکل نیلی ہو گئی + تیسرے ہفتے مین کل ہاتھ سوج گیا تھا اور ویسے ہی رنگ کا ہو گیا تھا + آخرکار ڈاکٹر نے اُس سے دریافت کیا کہ آیا اوسمین ہاتھ قطع کرانے کی ہمت ہے + اسکے خیال نے لڑکی کو ایسا خایف کر دیا کہ وہ میرے پاس آئی + مین نے فوراً ٹھنڈے پانی کی گدیون کا استعمال کرایا اور دو مقامی اسٹیم باتھ جنکے بعد فریکشن شمر باتھ لیے جاوین روزانہ لینے بتلائے + صرف دو گھنٹہ کے علاج کرنے کے بعد درد قریب قریب بالکل غایب ہو گیا + اور نہ یہ درد کل زمانہ علاج مین پھر لوٹا + ہاتھ اور اونگلی کی بے حد سوجن گھنٹہ گھنٹہ کم ہوتی گئی یہانتک کہ دو روز مین اپنی اصلی شکل اور اصلی رنگ اُنھون نے پھر حاصل کر لیا + تین چار ہفتے کے اندر وہ لڑکی پھر کام کرنے لگی گو کہ ہاتھ کو پوری آزادی کے ساتھ استعمال کرنے کے قابل نہین ہوئی +

اس طریق سے بیشک ایک بہت ہی دلچسپ سائنٹفک عمل جراحی کا ہونا بند ہوا

لیکن برخلاف اسکے وہ لڑکی تمام عمر کے لئے لنجے ہونے سے بچ گئی +

اسی قسم کی ایک دیگر حالت مین ایک بڑھئی کو ضرورت کے زور نے مجھسے مشورہ لینے پر مجبور کیا + اوسکا بایان ہاتھ ہتھیلی اور پشت ہتھیلی کی جانب کچل گیا تھا اور زخمی ہوگیا تھا + اُس شخص کو بوجہ پہلے تجربون کے اینٹی سیپٹک علاج مین کچھ اعتقاد نہ تھا + کل ہاتھ کندھے تک ایسے بُرے طور سے سُوج رہا تھا کہ وہ شخص اُس کو جنبش نہ دیسکتا تھا + تین گھنٹے سے کم مین ہی میرے علاج مین درد کو شانتی ہوئی اور ۴۸ گھنٹے بعد ورم بالکل جاتا رہا + دو ہفتے کے اندر وہ شخص اپنا کام پھر کرنے لگا +

مندرجہ ذیل دو رپورٹ ہاے شفایابیان پھر اس بات کو بخوبی ثابت کرتی ہین کہ اینٹی سیپٹک علاج سے شفاے کامل نہین ہوتی بلکہ محض ایک درمیانی[ا] حالت پیدا ہوجاتی ہے +

دو لڑکیون کی جو کہ ایک ہی کل پر کام کررہی تھین انگشت شہادت (انگوٹھے کے پاس کی ہاتھ کی اونگلی) ایک ہی طریقے مین مضروب ہوئی + اونگلی کی نوک سے اول پورے کے جوڑ تک ہڈی شکست ہوگئی تھی اور (اُس ہڈی کے) بہت سے ٹکڑے ہوگئے تھے۔ لیکن باقی اونگلی مین چوٹ نہ پہونچی تھی + عمر اور حالت جسمانی بھی اُن لڑکیون کی یکسان تھی + ایک لڑکی ایک طبیب کے پاس گئی جسنے کہ اینٹی سیپٹک علاج کا استعمال کیا۔ دوسری کا علاج مین نے کیا + ڈاکٹر نے فوراً ہڈی کے ٹکڑون کو نکال دیا۔ اور آیوڈوفارم افراط کے ساتھ استعمال کیا + اُس لڑکی کو بہت درد سہنا پڑا لیکن ایک ہفتہ کے

[ا] یعنی وہ حالت جو کہ شفاے کامل اور حالت مرض کے درمیان کی ہوتی ہے یعنی نہ تو بالکل مرض ہی گیا اور نہ پورے طور سے مرض موجود ہی بلکہ کچھ آرام ہوجاتا ہی اور کچھ مرض باقی رہ جاتا ہے + ۱۲

اندر اونگلی اسقدر اچھی ہوگئی تھی کہ اگر ضرورت ہو تو وہ پھر کام کرسکتی تھی + مگر عمل جراحی کی وجہ سے اول پورا اونگلی کا بالکل بیکار ہوگیا تھا اور تمام اونگلی بدنما ہوگئی تھی + ہر تبدیل موسم کے ساتھ اُس لڑکی کو پورانے زخم مین برسون تک بہت درد معلوم ہوا۔ جو کہ سوا سے اس غلط علاج کرنے کے اور کسی وجہ سے نہین پیدا ہوتا اور جس غلط علاج کے ذریعے سے مادہ غیر (آیوڈوفارم) براہ راست داخل کیا گیا تھا + اونگلی بھی بے حس رہ گئی +

دوسری مریضہ نے جس نے کہ میرے علاج کا استعمال کیا تھا بہت بہتر نتایج حاصل کیے میری اول کوشش یہ تھی کہ درد کو بند کیا جاے اور اول ہی دن کے اندر مین اس بات مین کامیاب ہوا + اس غرض کے لئے مینے وہی مشہور وسایل تجویز کئے یعنی **پانی مین بھیگی ہوئی کپڑے کی گدیان** اور **فریکشن باتھ**۔ آخرالذکر اس وجہ سے بتلائے کہ لڑکی بلحاظ دیگر باتون کے مادہ فاسد سے زیادہ بھری ہوئی تھی + بغیر کسی اور شی کے استعمال کئے جانے کے ہڈی کے ٹکڑے خود بخود تیسرے دن مواد کے ساتھ بہہ کر نکلے اور مریضہ کو کوئی خاص تکلیف نہوئی + چھٹے دن سب سے بڑا دوسرا ہڈی کا ٹکڑا اسکے بعد نکلا۔ ایک ماہ کے اندر وہ لڑکی پھر اپنا کام کرنے لگی + بغیر اسکے کہ کوئی حس اوسکی جاتی رہے یا اونگلی بیکار ہو جاوے یا کوئی نشان چوٹ کا باقی رہے چھ ہفتے کے اندر اونگلی بالکل اچھی ہوگئی + اور نہ اس وقت تک موسم مین تبدیلیان ہونے پر درد پھر لوٹ آئے ہین + اس موقعے پر کون زیادہ عمدہ جراح ثابت ہوا۔ **نیچر یا کہ اینٹی سیپٹکس** یعنی سڑن کو روکنے والی ادویات ؟

ایک دوسرا واقعہ جو کہ اس سے کم دلچسپ نہین ہے اُس آدمی کا ہے جو کہ ۱۸۹۰ء مین

اپنے بائین ٹخنے کی سیلی بندش اور اُس جگہ کے بہت سے پٹھون کے زیادہ پھٹ جانے مین مبتلا ہوا تھا + مریض کو اپنے بستر پر دو ماہ تک پڑا رہنا پڑا تھا اور مرہم سے اوسکا علاج کیا گیا تھا + بعد اسکے کہ پیر کو آرام ہو گیا پاؤن پھر بھی کمزور رہا اور سوجا ہوا رہا + یہ بات خاصکر ٹہلنے مین معلوم ہوتی تھی - پیر بسا اوقات لوٹ جاتا تھا اور درد بہت کرتا تھا + چونکہ یہ شخص خراب حالت تندرستی مین تھا اوسنے مارچ ۱۸۹۶ء مین میرا طریق معالجہ شروع کیا - اور چونکہ اوس کو اس علاج سے نفع معلوم ہوا اِس لئے اوسنے اُس کو معقول عرصہ تک جاری رکھا + ۱۸۹۹ء کی ابتدا مین پاؤن اونھین مقامات پر سوج آئے جہان کہ اُس کو برسون پیشتر تکلیف معلوم ہوئی تھی + اِس ورم اور سوزش کے ساتھ درد بھی ہوتے تھے جو کہ تین دن تک قایم رہے + میرے علاج کی مدد سے چوتھے روز یہ رفع ہو گئے اور اوسی کے ساتھ پہلی عام کمزوری اور ٹخنے کی کمزوری بھی رفع ہو گئی + اِس واقعہ سے ہم دیکھتے ہین کہ وہ چوٹ جو کہ گیارہ برس پہلے پہونچی تھی اور ٹھیک طور سے اچھی نہین ہوئی تھی - میرے طریقہ علاج کے ذریعہ سے کلیتہً شفا پا گئی +

جلنے کے زخم - جل جانے سے جو زخم کہ ہو جاتے ہین اُن زخمون مین جو درد ہمیشہ ہوتا ہے اوسکے فرو کرنے کے لئے بھی سرد پانی ایک بہت عمدہ ذریعہ ہے +

درد سے نجات حاصل کرنے کے لئے اکثر زخم کو سرد پانی کے نیچے رکھنے کی کئی کئی گھنٹون تک ضرورت ہوتی ہے + اگر زخم کو سرد پانی مین صرف تھوڑے عرصہ تک رکھا جاوے تو درد بڑھ بھی جاتا ہے - اُس وقت تک کہ جب تک درد رفع نہو جاوے اُس کو برداشت کرنا چاہیئے - جب کہ جلن کی تکلیف کم ہو جاوے

توگدّیون کا استعمال اسی طریق مین کرنا چاہیئے جیسے کہ زخمون کی حالت مین + آب دریا - یا آب باران کو چشمے کے پانی پر ترجیح ہے - کیونکہ آخرالذکر مین (یعنی چشمہ کے پانی مین) اکثر وہ اشیا ، شامل ہوتی ہین جو کہ کاروائی شفا کو روکتی ہین اور درد کو بڑھاتی ہین + اسمین بڑا تعجب معلوم ہوتا ہے کہ سخت سخت درد بھی اس طریق سے کسقدر جلد اچھے ہو جاتے ہین - یہ یقینی امر ہے کہ بہت سے اشخاص جو کہ آگ سے جلنے یا کسی رقیق شئے سے جل جانے کی وجہ سے مرگئے ہین اس طریق مین بچائے جاسکے ہوتے +

اس علاج مین جبکہ جلے ہوئے زخم بدیر آرام ہووین تو یہ بات بغیر شبہ کے مان لینی چاہیئے کہ مریض کے جسم مین مادۂ فاسد کا بار بہت زیادہ ہے - دوسرے الفاظ مین یون کہین گے کہ وہ شخص مزمن طریقے مین بیمار ہے + ایسے موقعون پر مین کل جسم کا بذریعہ اپنے فریکشن باتھ بشمول استعمال غذاے غیر محرک علاج کرنے کی سفارش کرتا ہون + لیکن گو کہ شفا اپنا معمولی طریقہ اختیار کرے تاہم جس حالت مین کہ مریض ان غسلون کو کر سکتا ہے تو ان غسلون سے کاروائی شفا کو بہت کچھہ امداد پہونچے گی +

ایک شخص کو تین بڑے بڑے زخم جلنے سے پہونچے تھے - دو اونمین سے گردن پر تھے جو کہ قد مین اسقدر بڑے تھے جس قدر کہ پانچ شلنگ والا ایک سکہ - تیسرا زخم جو کہ سب مین زیادہ بڑا تھا اور سب سے زیادہ گہرا تھا وہ پیر پر تھا + مریض اولاً اینٹی سپٹک معالجہ کے زیر علاج رہا - مگر بوجہ شدت درد کے ایک دن سے زیادہ اس علاج کا متحمل نہ ہو سکا + اسکے بعد اوس نے اپنا علاج خود ہی مطابق پرانے نیچر کیور سسٹم کے کرنا شروع کر دیا + لیکن اس سے بھی کافی آرام نہ پہونچنے پر اوس نے بعد ایک ہفتہ کے مجھہ سے مشورہ لیا - قدرتاً میرا اول نشانہ یہ ہوا کہ درد کو فرو کیا جاے جس بات مین

(بعد اسکے کہ زخمون سے پیپ اور تیل خوب صاف کر دیا گیا) مین سرد پانی کی گدیون کے استعمال سے دو ہی گھنٹے کے اندر کامیاب ہو گیا + اس علاج کے دو دن تک کرنے کے بعد زخمون کی صورت بالکل مختلف نظر آئی + سب سے چھوٹا نشان گردن پر جلنے کا اس وقت قریب قریب کل بھر گیا تھا اور دیگر زخم بھی تیزی کے ساتھ بھرتے چلے آتے تھے پیر پر جو گہرا زخم تھا وہ بھی گہرائی مین نصف کم ہو گیا تھا۔ دیگر پانچ دن مین مریض پھر اپنے کارخانہ کو واپس جا سکا + گردن پر جلنے کے نشانات بالکل اچھے ہو گئے تھے اور پیر کا زخم اسقدر اچھا ہو گیا تھا کہ وہ شخص بہر کیف پیدل چل سکا +

بندوق کی گولی کے زخم۔ اسکا علاج بالکل ویسا ہی ہے جیسا کہ کٹے ہوئے اور چھدے ہوئے زخمون کا علاج + لیکن بوجہ اسکے کہ جنگ سے اونکا ضروری تعلق ہے یہ بہتر ہے کہ اونپر خاص لحاظ کیا جاوے + ہر سپاہی کے لیئے یہ بات ٹھیک ٹھیک جاننا بڑی ضروری ہے کہ زخمی کو امداد پہونچانے کے لئے اول کیا بات کرنی چاہیئے + جبکہ قبل اس امر کے کہ کچھہ بھی مدد پہونچے۔ زخمی کے تئین گھنٹون تلک پڑا رہنا پڑتا ہے تو بہت سی ضربات کی حالت مین (خاصکر اینٹی سیپٹک علاج کے ساتھ) یہ کوئی تعجب کی بات نہین ہے کہ سڑن دوڑنے لگے جس سے کہ معمولاً (اگر واقعی موت واقع نہو) تو کسی عضو کا کاٹ ڈالنا لازم آجاتا ہے + عام لاچاری کی حالت مین۔ اور زندگی کی خاصیت اور اوسکی حالتون اور اس طریق سے جسمین کہ زخمون کو شفا خود جسم کے ہی ذریعے سے ہوتی ہے۔ ناواقفیت ہونے مین۔ بجز عضو کے قطع کر ڈالنے کے اور کچھہ چارہ باقی نہین رہتا ہے + لیکن کسی عضو کے کاٹ ڈالنے سے زخم اچھا نہین ہو جاتا۔ اس سے صرف اور بھی زیادہ گہرے زخم لگ جاتے ہین۔ اور پس مریض کو اکثر اسکی تمام

عمر کے لئے بغیر عضو کا بنا دیتے ہین +

عام لوگون اور اطبّا کا یقین یہ ہے کہ گولی یا کہ گولے کے اندر کی اشیاء کا ٹکڑا اگر جسم کے اندر رہ جاوے تو ضرور نکلوا ڈالنا چاہیئے - تاکہ جسم کو نقصان سے محفوظ رکھا جاوے + یہ ایک بڑی سخت غلطی ہے جسکی وجہ سے کہ ہزارہا جانین ضائع ہوتی ہین - کیونکہ ایسی گولی وغیرہ کے وزن کے باعث یہ اکثر بہت مشکل ہو جاتا ہے کہ بغیر جسم کے اور بھی زیادہ نقصان پہونچائے ہوئے اونکو جسم سے علیحدہ کر لیوین + یہ بات مشہور ہے کہ جسم کے اندرونی حصے میوکس سے ایسے منڈھے ہوتے ہین کہ گولی وغیرہ آسانی سے اونمین کو گذر جاتی ہین اور جب کبھی کہ وہ اونمین (یعنی اندرونی حصص جسم مین) اندر داخل ہوتے ہین تو وہ چھوٹے سے چھوٹا ایسا سوراخ بناتے جسمین سے کہ اونکا گذر ہو جاتا ہے + یہ بات اس باعث سے اس طور پر ہوا کرتی ہے کہ اُس دباؤ سے جو کہ گولی پٹھون پر ڈالتی ہے آخرالذکر (پٹھے) بوجہ اپنے لچکیلے پن کے کسیقدر پھیل جاتے ہین + ٹھیک وہی حالت ہے جیسی کہ انڈیا ربڑ کی جسمین کہ گولی گھس گئی ہو + ہم کو معلوم ہوتا ہے کہ ایک ایسا سوراخ بنگیا ہے جسمین کہ گولی بغیر ربڑ کے پھیلائے ہوئے پھر نہین نکل سکتی +

پس یہ کیا چیز ہے جو کہ ہم کو اس وقت دکھائی دیتی ہے جب کہ مقامات مضروب ورم کرنے شروع ہو جاتے ہین ؟ عموماً ورم کرنا بہت جلد بند ہو جاتا ہے اور بیشتر کی ملائمیت بھی جاتی رہتی ہے + مضروب مقامات اپنے خون سے اور شفا کرنے والے دیگر مادہ سے بھر جاتے ہین اور پس سخت ہو جاتے ہین + اب اگر ہم گولی کو اوس راستہ سے جس سے کہ وہ داخل ہوئی تھی نکالنے کی کوشش کرین (جیسا کہ معمولاً عملدرآمد ہے

اگر گولی نکالنے کے لئے کوئی موقع موجود ہے) تو ہمکو ایسا کرنا غیر ممکن معلوم ہوگا۔ کیونکہ زخم کا مُنہ اور کل راستہ سوج گیا ہے اور علاوہ اسکے پٹھوں کی ملائمیت جاتی رہتی ہے + اِس وجہ سے گولی کے نکالنے مین زیادہ چیر پھاڑ کا ہونا اور نقصان پہونچنا متصور ہے + یہ بات کہ جسم پر اسکا کسقدر مضر اثر پڑے گا۔ بآسانی خیال کر لیجا سکتی ہے + گولی بذاتِ خود جسم کے لئے بہت کم خطرناک ہے بمقابلہ زبردستی کے ساتھ نکال دئے جانے کے + اس مادہ غیر (فارن میٹر) کے بڑے ٹکڑے کو جسم جلد ہی بالکل غیر مضرت رسان بنا دیتا ہے۔ اول اس کو ایک پانی کی شئے سے محیط کر لیتا ہے اور کچھ عرصہ مین اس رقیق شئے کو ایک سخت خول کی حالت مین جو کہ گولی کو ملفوف کرلیوے تبدیل کر دیتا ہے + اگر زہریلے اینٹی سیپٹک علاج سے جسم کی پوری اصلی قوت سلب نہین ہوگئی ہے تو جلد یا بدیر وہ اس غیر شئے کو اپنے اندر سے ایسے طریقے مین خارج کرے گا جو کہ اوسکے لئے زیادہ مناسب ہوگا + مثلاً یہ اکثر وقوع مین آیا ہے کہ ایک گولی جو کہ شانے مین رہ گئی تھی مہینون یا برسون بعد چوتڑ یا جانگھ سے مواد کے ساتھ خارج ہوگئی +

پس گولی کے نکالنے کی جانب توجہ مبذول ہونی چاہیے بلکہ زخم کی جھلی ہمکنے کی جانب اور اجراے خون کے بند کرنے کی جانب توجہ لگانی چاہیے + مین اوپر بیان کر چکا ہون کہ یہ کیسے کیا جانا چاہیے + پس یہ بات اچھی ہوگی اگر ہر ایک سپاہی کے لئے کچھ لنٹ یا سن کا کپڑا اور اُون کی پٹیان دیدی جائین تاکہ ضرورت مین اُس کو فوراً امداد مل جائے + اور بہت سی حالتون مین پانی جلدی سے ہم پہونچایا جا سکتا ہے۔ بہر صورت زیادہ جلدی سے بمقابلہ اسکے کہ کوئی دیگر علاج کی شئے +

جہان پانی نہ مل سکے تو سپاہی کوئی دوسری شئے ٹھنڈک پہونچانے والی لے سکتا ہے مثلاً گھاس۔ پنڈول۔ گیلی مٹی۔ یا مثل اونکے ۔ اور جیون ہی کہ زخم پر پٹی اچھی طرح باندھ دی گئی۔ انھین چیزونکا استعمال ضرورت مین گرمی کے شانت کرنے کے لئے کیا جاسکتا ہے اس طریق مین بہت سے زخمی سپاہی جو کہ حرکت کرنے کے لائق ہین سب سے اول کی امداد اپنے آپ کو خود پہونچا سکتے ہین + بغیر کچھہ دقت (وقت جو کہ ایسے موقع پر بہت بیش بہا ہوتا ہے) اُس وقت تک انتظار کر کے ضائع کرنے کے جب تک کہ دیگر امداد پہونچے + اِس وجہ سے یہ بات اعلےٰ ضرورت کی ہے کہ ہر ایک سپاہی کو زخمون کے اس قدرتی علاج مین جو کہ بغیر ادویات اور بغیر اعمال جراحی عمل کیا جاتا ہے پوری پوری تعلیم دیدی جاوے + تب وہ ایک ایسی حالت مین ہوگا کہ جلدی سے اور کارآمد طریقے مین عمل کر سکیگا اور نہ ہائے ہائے کرتا ہوا لاچاری کے ساتھ پڑا رہے گا تاوقتیکہ کوئی سرجن اوسکے پاس پہونچے + وے سپاہی جو کہ خفیف طور سے زخمی ہوئے ہین اپنے زیادہ زخمی ساتھیون کو بھی فوراً مدد پہونچانے کے قابل ہونگے +

فرانس و جرمن کے درمیان جو جنگ کہ ۱۸۷۰ء مین ہوئی تھی اُس وقت سے مجھے کافی موقعے اس بات کے ملے ہین کہ **اینٹی سیپٹک** علاج کے مضر اثرون کا تجربہ اکٹھا کرون + اس موقعے پر مین ایک عجیب واقعہ بیان کرونگا + ۱۸۸۳ء مین میرے پاس ایک جنٹلمین آیا جس کے شکم مین ایک گولی ۱۸۷۰ء کی جنگ مین لگی تھی + گولی پشت کی جانب ریڑھ کے پاس سے باہر نکل گئی تھی۔ باوجود تمام اینٹی سیپٹک علاجون کے یہ زخم گزشتہ تیرہ ۱۳ سال مین بخوبی اچھا نہین ہوا تھا۔ بلکہ متواتر اوس مین پیپ پڑتی رہی تھی + گاہے گاہے یہ زخم بند بھی ہوجاتا تھا مگر اس سے لئے

(بند ہو جاتا تھا) کہ اول ہی موقعہ پر پھر از سر نو پھوٹ نکلے۔ مریض کی حالت دمبدم زیادہ زیادہ خراب ہوتی گئی اور اس وقت وہ شخص پیدل چلنے کے بالکل ناقابل تھا۔ مین نے اپنے سائنس آف فیشیل ایکسپریشن کے ذریعے سے یہ بات فوراً معلوم کر لی کہ اس وقت طلب شفا کے اسباب اس مریض کے جسم مین زیادہ با مادہ غیر (فارن میٹر) کا موجود ہونا اور اسکے ساتھ کی لازمی مزمن حالت بخار ہی ہین۔ مین نے زخم کا کوئی مقامی علاج نہ کیا بلکہ میں نے اپنے فریکشن اور اسٹیم باتھز اور غذائے مناسب کے اولاً اس مزمن بخار کے فرو کرنے کی تجویز کی۔ ایک ہفتے کے اندر زخم اچھا ہو گیا اور اس وقت سے پھر کبھی نہین پھوٹ نکلا ہے۔ پندرہ روز مین وہ شخص شفا کی اس تیزی پر خوشی حاصل کر کے پھر پیدل چلنے کے قابل ہو گیا۔ میری ہدایت کے بموجب اوسنے علاج کچھ عرصہ اور جاری رکھا جب تک کہ آخر شب بار مادہ (فارن میٹر) کا اس سے بالکل دور نہ ہو گیا۔

ایک ایسا ہی عمدہ نتیجہ ایک اس سپاہی کی حالت مین حاصل ہوا جس کے کہ گھٹنے کی پیالی (یعنی پیریا) کے جنگ مین ٹکڑے ٹکڑے ہو گئے تھے۔ باوجود استعمال تمام ان ادویات کے جو کہ خیال مین آسکتی ہین اُسکا زخم اچھا نہ ہوا تھا۔ ٹانگ حالانکہ بالکل سیدھی نہ رہ گئی تھی لیکن آزادی کے ساتھ حرکت کرنے مین بہت کچھ رکی تھی۔ اس شخص کا علاج اس وجہ سے اور بھی زیادہ دلچسپ ہے کیونکہ یہ مریض بیس۲۰ سال تک قدیم تجربات کے اصولوں کے موافق بغیر شفا پائے ہوئے علاج کرتا رہا تھا۔ ضرب لگنے کے بیس۲۰ سال بعد اُس شخص نے میرے طریق علاج پر علاج کرنا شروع کیا۔ نہ اپنے گھٹنے کے باعث بلکہ عام طور سے اس علاج کی قیمت جانچنے کے لیئے۔ اوس کو

کچھ تھوڑا ہی تعجب نہ ہوا جبکہ کچھ عرصہ بعد گھٹنے کی پالی (یعنی پریا) مین سوزش معہ ورم آگئی۔ یہ ایک ثبوت اس امر کا ہے کہ ضرب کو درحقیقت ٹھیک طور سے آرام نہین ہوا تھا + لیکن میرے علاج کو کچھ اور زمانہ جاری رکھنے کے بعد یہ سوزش معہ ورم جلد رفع ہوگئی + اُس کو اب اور بھی زیادہ تعجب یہ دیکھکر ہوا کہ گھٹنے کے جوڑ کی تمام سختی رفع ہوگئی تھی۔ پس وہ اپنی ٹانگ کو ویسے اچھے طور سے کام مین لا سکتا تھا جیسے کہ اور کبھی +

فریکچرس۔ یعنی شکستگی ہاے اُن امراض مین ہین جو کہ بیرونی صدمات سے وقوع مین آتے ہین جنکا شفا پانا کم وبیش آہستگی سے ہی ہوتا ہے + پکّے ڈاکٹر لوگ عمومًا **پیرس**[۱] **ڈریسنگ** کے پلاسٹر کا استعمال کرتے ہین حالانکہ مین بالکل دوسرے اور بہت زیادہ یقینی اور موثر وسائل شفایابی کا استعمال کرتا ہون +

سب سے بہتر یہ بات ہے کہ میرا طریق فورًا ٹھنڈک پہونچانے والا اثر رکھتا ہے اور یہ اُس وقت تک جاری رکھا جاے گا جب تک کہ شکستگی کے بعد کا ورم اور اوسکے ساتھ کا درد بالکل رفع نہ ہوگیا ہو + **فریکشن باتھ** کا استعمال بھی نظر انداز نہونا چاہیے کیونکہ آرام ہونے مین یہ بھی ضرور امداد کرتے ہین + کوئی شخص جو کہ پانی کے

---

[۱] ڈاکٹر لوگ بعض اوقات شکستہ ہڈی کو بٹھا کر عضو مضروب کو پٹی سے لپیٹ دیتے ہین اور اوسپر ایک قسم کے پلاسٹر کا مسالحہ لگا دیتے ہین جو کہ لگاتے لگاتے خشک ہوتا جاتا ہے اور پٹی کی بندش کو مثل فولاد کی بندش کے سخت کر دیتا ہے۔ اس سے پہی جب تک چاہین ایک حالت مین قایم رکھ سکتے ہین + اس قسم کی بندش سے مراد پلاسٹر ڈریسنگ سے ہے + ۱۲

اس قدرتی علاج کو ترک کرکے **پلاسٹر ڈریسنگ** کا استعمال کرتا ہے وہ شخص نیچر کے مقررہ قوانین کی سچائی سے محض منکر ہے + اگر صرف مقامی وجوہات کے باعث مثلاً ان حالتوں مین جہاں کہ عضو مضروب کو پانی کی گدیون سے مناسب جگہ مین نہین رکھ سکتے ہین تو ایک سخت شئے سہارے کے لیے درکار ہوتی ہے۔ ایسی چیزین لکڑی۔ کاغذ کے پٹھے یا کسی درخت کی چھال یا مثل اسی کے اور کسی شے سے بن سکتی ہین + پلاسٹر ڈریسنگ کا استعمال ہرگز نہین کرنا چاہیئے +

وہ اشخاص جو کہ میری اس صلاح پر عمل کرینگے اونکو معلوم ہوجاوے گا کہ کسقدر تعجب انگیز تیزی کے ساتھ شکستگیان اچھی ہوجاتی ہین۔ اور کس طور سے درد کم سے کم درجے تک گھٹا دیے جاتے ہین +

ایک جنٹلمین عمر ۳۰ سالہ کا **داہنا اوپر کا بازو** قریب کہنی کے شکست ہوگیا تھا نیچر کیور طریق کے پیرو ہونے کے باعث اوسنے فوراً سرد پانی کی گدیون اور بازو کے لیے غسلون کا استعمال کیا + اُس طبیب نے جس سے کہ مشورہ لیا گیا تھا ایک **پلاسٹر** کی بندش کردینی چاہی اور ساتھ ہی ساتھ یہ بھی کہا کہ بازو غالباً ہمیشہ کے لیے سیدھا رہ جاوے گا یعنی آسانی سے موڑا نہ جاسکے گا + یہ بات مریض کو کچھ بہت خوش نہ آنے کے باعث وہ مجھ سے مشورہ لینے آیا + مینے اوس کو بتلایا کہ بازو کو ایک باریک تارون کے کپڑے مین اور کاغذ کے پٹھون کی تختیون کے اندر رکھے اور میرے طریق پر گدیون کے ذریعہ سے شکستگی کو ٹھنڈک پہونچاوے + میرے **فریکشن باتھ** اور بہت اعتدال کے ساتھ سادہ غیر محرک غذا بھی ایسی ہی ضروری باتین تھین + نتیجہ اسکا تعجب دلانے والا ہوا + چوبیس ۲۴ **گھنٹے** مین درد اور ورم بالکل فرو کرلئے گئے +

ایک ہفتے مین مریض کچھ کچھ لکھنے کے قابل ہوگیا + ایک اور ہفتہ بعد وہ ایک کرسی کو بغیر کسی دقت کے اوٹھا سکا اور تین ہفتے مین شکستگی بالکل صحت پا گئی +

کشادہ زخم - گہرے کٹے ہوئے زخم اور نوکدار ہتھیار سے پہونچے ہوئے زخم جو کہ جنگ مین آجاتے ہین اور وہ زخم جو کہ اُس لڑائی مین پہونچ جاتے ہین جو عزت و آبرو کے خیال سے ہو جاتی ہے - یعنی یہ سب زخم جو کہ اتفاقیہ بیرونی ضرب کے نتائج ہین باسانی اور جلدی سے شفا پا جاتے ہین + اُن مکروہ مختلف قسم کے کشادہ زخمون کی جو کہ جسم کے کُل مقامات سے نکلتے ہین بالکل اور ہی کیفیت ہے + پیشہ طبابت ان پکے ہوئے اور بدبودار زخمون کو جس نام سے چاہے کہہ کر پکارے - یعنی آتشکی - سرطانی - خواہ سِل کے متعلق - لیکن یہ بات باقی رہ جاتی ہے کہ وے تمام ایک ہین - اور ایک ہی چیز ہین اور زندہ جسم کے اندر ایک حالت سڑن کا اُن سے اظہار ہوتا ہے + ایسے کشادہ زخمون کے آرام کرنے مین **الوپیتھی** کو درحقیقت ابتک کامیابی نہین ہوئی ہے - حالانکہ ادویات کی امداد سے اُس کو اس امر مین کامیابی ہوگئی ہے کہ کارروائی سڑن اپنے تئین ظاہر کرنے سے رک جاوے - یا مادہ فاسد (فارن میٹر) کو پھر جسم کے اندر دباکر اُس کارروائی کو ایک دوسری حالت مین تبدیل کردینے مین بھی اُس کو کامیابی ہوئی ہے - لیکن الوپیتھی اس خرابی کو شفا کرنے کے قابل نہین ہے + نہ تو اوس مین ایسی قوت ہے اور نہ اوسکے پاس ایسے وسایل ہین جس سے کہ مرض کا مقابلہ وہ کما حقہ کرسکے + اسی وجہ سے یہ بات ہے کہ بظاہر جو زخم کہ ہم کو آرام ہوگئے ہوئے معلوم ہوتے ہین پھر دوسرے حصہ جسم مین پھوٹ کر نکلتے ہین - دوسرے الفاظ مین یون کہین گے کہ جسم کے اندر کا مواد ناقص کسی طور سے ہمیشہ نکلتا رہتا ہے + یہ بات سچ ہے کہ ایسے کشادہ زخم جو کہ بغیر

کسی بیرونی ضرب کے ہو جاتے ہیں معمولاً ایسے تکلیف دہ نہیں ہوتے جیسے کہ دفعتہً پہونچی ہوئی سخت چوٹیں۔ لیکن انکے[1] برخلاف اونکا شفا ہونا (اگر درحقیقت شفا ممکن بھی ہو) بہت زیادہ وقت طلب ہے اونکا تعلق قریب ہمیشہ کسی ایسے مرض مزمن سے ہوتا ہے جو کہ بہت ہی دور تک چلا گیا ہو۔ روزانہ جو خود کشیاں عمل میں آتی ہیں اونمیں سے کتنی ایسی ہیں جن کا سلسلہ اس قسم کی حالت مرض سے نہیں ملایا جا سکتا + اس موقع پر ہم دیکھتے ہیں کہ ہماری سب باتوں میں عقلمند مادر نیچر کے برخلاف انسان روزانہ اعمال و طرز زندگی میں کس طور سے باقاعدہ مخالفت کرتا ہے + ایسے زخموں کا سبب کیا ہے؟ میں جواب دیتا ہوں کہ محض جسم میں مادۂ فاسد (فارن میٹر) کا بار ہونے سے ہی یہ پیدا ہوتے ہیں اور ہمیشہ کسی مرض کی پہلی حالتوں کی (جنکو آرام نہیں ہوا ہے بلکہ جو محض دبا دئیے گئے ہیں) ایک بڑھی ہوئی حالت ہوتی ہے + بہت سی حالتوں میں یہ آخری حالتیں بوجہ جسم کے ادویات سے بہت بھر جانے کے پیدا ہوتی ہیں۔ یعنی ایسی ادویات سے جیسے کہ پارہ۔ آیوڈین۔ آیوڈائڈ آف پوٹاسیم۔ بیدیان سیلی سیلک ایسڈ۔ ڈیجی ٹیلس۔ کونین وغیرہ وغیرہ۔ جو کہ ہمیشہ جسم کے لئے قوی زہر ہیں + ٹیکہ ایک اور طریقہ جسم میں زہر داخل کرنیکا ہے۔ اسکا زیادہ افسوس ہے کیونکہ اسکے ذریعہ سے انسان کی نسل و معدہ خراب ہوتی جاتی ہے۔ اسکا اثر اصل قوت کے بہت کم کردینے کا ہے۔ اسی سے ایسا ہوتا ہے کہ وہ ناقص مادہ جو کہ رفتہ رفتہ جسم میں اکٹھا ہو گیا ہے اب آیندہ چیچک سیتلا کے

---

[1] یعنی دفعتاً پہونچی ہوئی سخت ضربات ۱۲

[2] وہ کشادہ زخم جو کہ بغیر کسی بیرونی ضرب کے جسم کے اندر مادۂ فاسد کی موجودگی کی وجہ سے جسم میں ظاہر ہو جاتے ہیں ۱۲

عالمگیر امراض کے ذریعہ سے اپنے تئین نہین ظاہر کرتا بلکہ اور بھی زیادہ خوفناک دیرپا اور اکثر لاعلاج امراض مثلاً سل۔ سرطان۔ آتشک۔ مرگی۔ اور پاگل پن کے ذریعے سے ظاہر کرتا ہے + بدقسمتی سے مروجہ پختہ طبابت کی تعلیم نے کافی طور سے قوت زندگی کو نہین پہچانا ہے + اگر ایسا نہ ہوتا تو اُن زہرون کے خراب اثر (جو زہر[1] کہ اُن ادویات مین موجود ہوتے ہین جو کہ مریضون کے اندر بذریعہ ٹیکہ یا مالش داخل کیجاتی ہین) اس پیشہ کے شاگردان سے مخفی نہ رہے ہوتے۔ باوجودیکہ ایسے اثر اکثر برسون ہی بعد ظاہر کیون نہون +

اسی قسم کی ادویات جنکے کہ جسم انسانی کے اندر مقامات قیام اور عمل کے متعلق میڈیکل سائنس کو اکثر ایک شک کی حالت ہوتی ہے۔ اکثر برسون پیشتر وہ تخم بو دیتی ہین جس سے کہ جسم فارن میٹر سے بھر جاتا ہے اور جو کہ انجام مین ان کھلے ہوئے زخمونکا سبب ہوتا ہے +

یہ ایک مشہور بات ہے کہ علم طبابت ہمیشہ نئی نئی ادویات کی۔ نئی نئی قسم کی ہوا صاف کرنے والی اشیاء کی۔ اور نئی نئی قسم کی اُن اشیاء کی جو کہ زخمون کی سڑن کو روک سکتی ہین تلاش مین رہتا ہے + دوائین زیادہ زیادہ زوردار بنائی جاتی ہین۔ ایک دوا دوسری دوا سے زیادہ زہریلی ہے۔ اور ایسا ہی ضرور ہوگا بھی + کسی مرض[2] (کیورے ٹیو کرائی سس) کے اول اظہار پر اصلی قوت کے (مثلاً بذریعہ انٹی فیبرین) کم کرنے کی کوشش کیجاتی ہے

---

[1] ہر مرض کے ٹیکہ مین اوسی مرض کا زہر جسم مین ٹیکہ لگاکر داخل کیا جاتا ہے +

[2] مرض درحقیقت جسم کی وہ کوشش ہی جو کہ جسم اپنے سے مادہ فاسد کو خارج کرنے کی کرتا ہے اس کوشش کو انگریزی مین کرائی سس بھی کہتے ہین + ۱۲

کہ وہ کرائی سس یعنے مرض کے جاری رکھنے کے قابل نہین رہتا ہے + ایسا کرنے پر آخر الذکر بلحاظ علامات بیرونی غائب ہوجاتا ہے لیکن مرض کا سبب دور نہین ہوجاتا + تاہم الوپیتھی کا طریق علاج اسکو ہی شفا ہونا کہیگا + اب اگر کچھ عرصہ بعد اصلی قوت جسم کی کسی درجہ بڑھ جاوے اور وہی مرض یا شاید کوئی دوسرا مرض پھر اپنا اظہار کرے تو انٹی فیبرین اب اپنا وہ اثر پھر کرنے کے قابل نہ ہوگی - زیادہ زور دار اور زہردار وسایل کی ضرورت پہلا سا اثر پیدا کرنے کے لئے ہوگی + جسم مین جسقدر کہ اصلی قوت زیادہ ہوگی اوسی قدر کم طاقت والی دوا بھی کیور یٹو کرائی سس روکنے کے لئے کافی ہوگی + اور برعکس اسکے جتنا ہی کہ کمزور جسم کی اصلی قوت ہوگی اوسی قدر زیادہ زوردار دوا کرائی سس (مرض) کے دبا دینے کی قابلیت رکھتی ہوگی + ہر دوا ایک قسم کا زہر ہے یعنی ایک زہریلا مادہ ہے جو کہ جسم سے غیر (فارن) ہے ، جسقدر زیادہ کہ جسم انسان مین اصلی قوت زندگی موجود ہوگی اوسی قدر زور کے ساتھ اور تیزی کے ساتھ یہ قوت ایسے مادہ غیر (فارن میٹر) کو غیر مضرت رسان کردینے کے لئے عمل کریگی + یہ زہر ایک لعاب دار شئے کے خول کے اندر ملفوف ہوجاتا ہے + برخلاف اس کے اگر اصلی قوت کمزور ہوگئی ہے تو ایک کم طاقت رکھنے والا زہر اس اصلی قوت کو بیدار کرنے کے لئے ناکافی ہوتا ہے + یہ قوت کم و بیش بے حس ہوجاتی ہے اور صرف جب ہی پھر کام کریگی جبکہ کام کرنے کے لئے بالکل مجبور کردی جاوے + مزید براں ایسے زہر کو غیر مضرت رسان بنانے کی یہ کارروائی بہت سستی کے ساتھ عمل مین آویگی +

میرے مطلب سے ایک تمثیل امورات مذکورہ کو صاف بیان کرے گی +

ایک طبیب کو اس امر کا یقین ہوا کہ ٹانگوں پر کشادہ زخموں کے لئے اوسنے ایک نادر دوا دریافت کرلی ہے۔ اُس طبیب کا نہایت شہرہ ہوا + دوا کا عمل ایسا پُرا ثر ہوتا تھا کہ زخم معمولاً بہت ہی تھوڑے عرصہ میں اچھے ہوجاتے تھے۔ سواد ناقص جسم کے اندر محض زبردستی گھُسا دیا جاتا تھا + اس طور سے ایک شخص کو جس کی پنڈلی کی ہڈی پر کاٹ کرنے والے گہرے زخم سراسر موجود تھے۔ بہت ہی جلد اس دوا سے آرام ہوگیا + لیکن جب کہ دو برس بعد پرانے زخم پھر پھُوٹے تو وہ مریض ایک مرتبہ پھر اُس طبیب کے پاس گیا + افسوس کہ اس مرتبہ وہ مشہور دوا بالکل ناکامیاب ہوئی۔ ڈاکٹر نے گھبراکر یُوں سمجھایا کہ اب یہ زخم دوسری قسم کے ہیں۔ اصلی مرض ایسا نہیں تھا۔ اور نئے مرض کو اوسکی دوا شفا کرنے کے قابل نہیں ہے۔ بجز عضو کاٹ ڈالنے کے اور کچھ چارہ نہیں رہا ہے + ایسے سائنس پر افسوس ہے۔ نیچرکیور طریق علاج کے غیر سند یافتہ معالج کے مقابلہ میں ادویات کے ذریعے علاج کرنے کا خاص حق رکھنے والا شخص کوئی بہتر طریقہ امداد پہونچانے کا نہیں جانتا ہے بجز اسکے کہ ٹیکا لگاکر مرض سے محفوظ رکھنے کی کوشش کرے (جیسے کہ چیچک سیتلا کی حالت میں) اور اعضا کو جنکی کہ غیر صحیح حالت کو وہ نہیں سمجھتا ہے کاٹ کر علیحدہ کردیوے +

کشادہ زخموں کی حالت میں جو کہ اندر ہی اندر کاٹ کرتے چلے جاتے ہیں ہم کو وہی یکساں سبب ملتا ہے جو کہ جملہ عوارض کے نیچے موجود ہے۔ یعنی جسم میں مادۂ فاسد کا بار + اس بات سے زیادہ کوئی اَور بات صاف نہیں ہے کہ پیپ میں جو کہ متواتر خارج ہوتی رہتی ہے فارن میٹر (مادۂ خارجی یا مادۂ فاسد) شامل ہوتا ہے + اسی موقعہ پر

ہم کو ایک بہت ہی بڑھی ہوئی حالت سے ہمیشہ کام پڑتا ہے جسکا انحصار کہ ایک غیر معمولی اندرونی حرارت پر ہوتا ہے۔ غیر معمولی اونچے درجہ کی حرارت جس کو کہ میں بخار سمجھتا ہون - اول ایک قسم کے جوشش یا بحران کی حالت مادہ فاسد (فارن میٹر) مین پیدا کردیتی ہے جس سے بے سلائی کے فروغ پانے مین بڑی مدد پہونچتی ہے + اسکے بعد فارن میٹر کی شکل مین ملحاظ مقدار - حرارت تبدیلی اصل مین آتی ہے +

اگر ہم اس بات کو دل مین رکھین تو وہ طریقہ جس سے کہ ہم اس حالت کو تبدیل کرسکتے ہین اور خوف دلانے والی بے سلائی کو مار سکتے ہین بالکل صاف معلوم ہوجاتا ہے + غیر معمولی درجہ کی اونچی حرارت کو ٹھیک کردینا چاہئے میرے **فریکشن باتھ** اور **اسٹیم باتھ** اور **غیر محرک غذا** اس حرارت کے ٹھیک کرنے کے لئے سب سے عمدہ وسایل ہین جو کہ ممکن ہوسکتے ہین - اسی طور جس طور سے کہ میرا **سائنس آف فیشیل اکسپریشن** ایک بہت ہی با اطمینان **تھرمامیٹر یعنی مقیاس الحرارت** کا کام دیتا ہے +

میرے زیر علاج بیشمار مریض رہے ہین جو کہ مختلف قسم کے زخمون یعنی سرطانی زخم سل کے باعث زخم - اور آتشکی زخمون مین مبتلا تھے + زیادہ حالتون مین جہان اصلی قوت بہت ہی گھٹ نہ گئی تھی اور جسم ادویات سے حد سے زائد زہر گیا تھا - البتہ زخم تعجب انگیز قلیل عرصہ مین شفا پاگئے + ان بہت سی کامیاب حالتون مین سے مین ایک ہی کا ذکر کرونگا کہ جسکی خاصکر سخت حالت تھی اور جسمین کہ شفا ہونے مین اوسط میعاد کے مقابلے مین سہ گونہ سے کم وقت صرف ہوا +

پچاس برس کی عمر کا ایک شریف آدمی اپنے پاؤں اور ٹانگوں میں گھٹنے تک کشادہ زخموں میں جنسے کہ مواد نکل رہا تھا مبتلا تھا۔ زخموں کا ایک گچھا بنا ہوا تھا ایک دوسرے سے ملے ہوئے کوئی تیس چالیس تھے۔ سب میں بڑا زخم پورا چار انچ لانبا اور چار انچ چوڑا تھا۔ بڑی بدبو دار پانی سے پتلی پیپ متواتر اونسے خارج ہوتی تھی۔ عارضی طور سے تو اونکو آرام ہوگیا تھا۔ لیکن ان زخموں کی جگہیں بعد کو بیشتر زور سے کھجلانے لگی تھیں کہ مریض اس کھجلاہٹ کو برداشت نکرسکا اور کھجلانے کے باعث یہ زخم پھر کھل گئے۔ یہ کھجلی اُس مادۂ فاسد (فارن میٹر) کے جو کہ جلد کے نیچے موجود تھا تیزی کے ساتھ جوش میں آنے سے اور اُس بے حد گرمی سے جو اوسکی وجہ سے[1] ٹانگ میں ہوگئی تھی پیدا ہوئی تھی۔ جیوں ہی کہ زخم از سرِ نو پھوٹ نکلے کھجلاہٹ بند ہوگئی ٹانگ کے نیچے کے تمام حصہ کا رنگ گندمی مائل بہ سیاہی ہوگیا۔ یہ ایک ثبوت اس امر کا ہے کہ اسمیں سڑن شروع ہوگئی تھی۔ کئی زخم ہڈی تک پہونچ گئے تھے۔ تمام طریقہاے علاج جنکا مریض نے استعمال کیا بیکار ثابت ہوئے۔ اب صرف عضو کا کاٹ ڈالنا یا کہ سڑن کے پھیلنے کی وجہ سے مرجانا ہی باقی رہ گیا تھا۔ اور اپنی نا امیدی کی حالت میں وہ شخص میرے پاس آیا گو کہ میرے طریق علاج کا معتقد وہ ہرگز نہ تھا۔

سائنس آف فیشل اکسپریشن کے ذریعہ سے مینے فوراً یہ بات دریافت کرلی کہ ہاضمہ بالکل نادرست تھا۔ معدہ ہلکی سے ہلکی غذا کو بھی مناسب طور سے ہضم کرنے کے قابل نتھا۔ پس جسم بھی تندرست خون پیدا نکرسکتا تھا۔ پھیپھڑے بھی اپنے افعال میں بے قاعدہ تھے۔ اس وجہ سے یہ بات آسانی سے سمجھ میں آجاوے گی کہ جسم کے اندر مادۂ فاسد کا

[1] یعنی مادہ فاسد کے جوش کی وجہ سے ۱۲

اجتماع بہت زیادہ اور روزافزون ہوتا جاتا تھا+ معدہ اور پھیپھڑون کی حالت
ایسی تھی جس سے اس مادہ فاسد کی مقدار مین روزانہ بیشی ہوتی تھی + مریض کو کچھ
اسکا خیال نہ تھا کہ وہ اس مرض بار مادۂ فاسد مین مبتلا ہے جو کہ اوسکی بیمار ٹانگون کا
باعث ہے + اسی کے باعث وہ اس امر کو خیال مین نہ لاسکا کہ بجاے محض ٹانگون کے
مین کل جسم کا علاج کرنے پر اسقدر زور کیون دیتا ہون + ٹانگون کے اوپر زخمون کے
لئے مینے محض پانی سے بھیگے ہوئے ہلکے کپڑے کی گدیان تجویز کری تھین اور اون کو
(گدیون کو) اونی کپڑے سے ڈھکنا تجویز کیا تھا+ مینے ان باتون پر سب سے زیادہ
زور دیا تھا کہ مریض غیر محرک غذا کا استعمال کرے۔ خوب تازہ ہوا کھاوے۔ اور
چار فریکشن سٹز باتھ روزانہ لیوے اور قدرتی وسایل سے روزانہ پسینہ لاوے
لیکن مریض نے ابتدا ہی سے ٹانگ پر گدیون کے استعمال مین بہت زیادہ توجہ کی بمقابلہ
اسکے کہ میری ہدایات متعلق غسل اور غذا پر چلے جن ہدایات کا مقصد کہ وہ نہین سمجھتا تھا
نتیجہ یہ ہوا کہ نصف سال تک کسی بات مین بھی بہتری نہ ہوئی۔ آخر اُسکو میری ہدایات پر
اور نہ کہ **خود اُسکے ہی خیالات** پر من وعن چلنے کی لئے ترغیب دی گئی + دیگر چھ
ماہ مین بہت ہی عمدہ نتائج حاصل ہوئے۔ زخم وسعت مین کم ہو گئے تھے اور چھوٹون
مین سے بہت سے بالکل اچھے ہو گئے تھے۔ تکلیف دہ کھجلاہٹ بھی اب بند ہو گئی تھی۔
اور مواد کا بہنا قریب قریب بالکل موقوف ہو گیا تھا + عام حالت اور ہاضمہ اب پہلے سے
بہت زیادہ اچھی تھی اور پھیپھڑون کی خرابی کا ترقی کرنا بند ہو گیا تھا+ ان موافق علامات
کی وجہ سے تقویت پاکر مریض نے اب میرے طریق علاج پر بڑی کوشش
کے ساتھ عمل کیا + دوسرے سال مین زخمون نے اپنی جگہ گھٹنے کے

نیچے سے تبدیل کر کے گھٹنے کے اوپر کر لی۔ نیچے کے زخم اچھے ہو کر گھٹنے کے اوپر از سر نو پھوٹ نکلے ۔ مرض اب پیرو کے زیادہ قریب آ گیا تھا ۔ یہ ایک بہت ہی عمدہ علامت تھی۔ گھٹنے کے نیچے ٹانگ کی حالت دمبدم زیادہ تندرست ہوتی گئی ۔ جبکہ اول کشادہ زخم گھٹنے کے اوپر اس جگہ پھوٹا جہاں کہ پہلے کبھی نہیں ظاہر ہوا تھا تو مریض کو یقین ہوا کہ میرا طریق علاج بھی کسی کام کا نہیں ہے کیونکہ زخم اب دھڑ کے زیادہ قریب آ گئے ۔ لیکن میں نے اوسکو سمجھایا کہ یہ ایک بڑی بہتری کی بات ہے کیونکہ اب فارن میٹر (مادۂ ناقص) پیرو کی جانب جہاں سے کہ وہ آیا تھا اولٹا واپس ہونے کی حالت میں ہے ۔ اوس نے اس کلام کی راستی دیکھی اور علاج کو باقاعدہ متواتر جاری رکھا ۔ مگر قبل اسکے کہ اسکا نا غصہ اور پھیپھڑے اسقدر مضبوط ہو گئے اور سدھر گئے کہ زخم مستقل طور پر اچھے ہو گئے ہوں۔ علاج تین سال تک جاری رکھا گیا ۔ اسی کے ساتھ جلد کا رنگ بھی ٹھیک ہو گیا ۔ اس طریق میں میرے علاج نے ایک سخت مرض جس کو آدھا سلّی اور آدھا سرطانی کہیں گے اور جس کو اطبا نے لاعلاج قرار دیدیا تھا۔ اچھا کر دیا ۔ اور نہ آج کے دن تک ذرا بھی علامت زخموں کے پھر ابھر آنے کی معلوم ہوتی ہے ۔

زہردار کیڑے مکوڑوں کا کاٹنا (ڈنک مارنا) باولے کتوں اور سانپ کا کاٹنا۔ خون میں سمیت ہو جانا۔

انسان کے خون کے ذروں میں بہت ہی زیادہ اثر ہر چیز کا پہونچتا ہے ۔ خون سے جبکہ فارن میٹر (مادۂ ناقص) چھو جاتا ہے۔ اوس میں ایک قسم کی تیز حرکت پیدا ہوتی ہے اور اُسکا اثر ایسا ہی ہوتا ہے جیسا کہ کارروائی سڑن کا ۔ پورے پورے تندرست شخص کے خون میں بھی ۔ باوجود اوسکی حالت جسمانی صحیح ہونے کے ۔ زہریلے سانپ کے کاٹنے سے علامات بخار کی قریب قریب سڑن کے

ہمشکل پیدا ہو جائینگی +

جبکہ جسم مین بارمادہ فاسد کا موجود ہے تو زہر بیشک بہت زیادہ تیزی سے اثر کریگا +
یہ بات عیان ہے کہ مادہ فاسد جو کہ بذاتِ خود جوشش کو جلد پیدا کرنے والا ہے بہت
زیادہ بڑھ جاتا ہے اگر زہر خون مین داخل ہو جاوے - خواہ کسی کیڑے یا سانپ کے کاٹنے
سے ایسا ہووے یا کتے کے لعاب - پیپ یا سٹرن سے پیدا ہوئی کسی دیگر شئے سے ایسا
ہووے + مادہ فاسد کے بڑے بڑے اجتماع اس طریق مین ہو جاتے ہین اور جسم کے اندر
تیزی سے سڑتے ہین اور پس یہ خطرہ بہت زیادہ بڑھا دیتے ہین + ایسی حالت مین جسقدر
زیادہ کہ مادہ فاسد جسم مین موجود ہوتا ہے اوسی قدر زیادہ جوشش خون مین اس طریق پر
زہر پہونچ جانے سے پیدا ہو جاتا ہے + پس یہی وجہ ہے کہ شہد کی مکھیون کا کاٹنا ایک حالت
مین تو بہت ہی زیادہ ورم پیدا کر دیتا ہے حالانکہ کسی دوسرے شخص مین اس کا اثر بہ مشکل
مچھر کے کاٹنے سے زیادہ ہو +

مینے یہ بھی دیکھا ہے کہ ایک شخص تو باولے کتے کے کاٹنے سے پاگل ہو گیا حالانکہ دوسرے
شخص پر جسکو کہ اوسی کتے نے کاٹا تھا ایسا خراب اثر نہوا جسکا ذکر بھی کیا جاسے - سانپ کا
زہر ایک شخص کی حالت مین تو باعثِ موت ہو جاوے گا اور دوسرے کی حالت مین محض
باعث بخار - انحصار ہمیشہ کاٹ کھانے پر نہین ہوتا ہے بلکہ اُس شخص کی حالت پر جو کہ
کاٹ کھایا گیا ہے + یہی حالت خون مین زہر پھیل جانے کی بھی ہے جو کہ بہت ہی
کامیاب اعمال جراحی کرنے کے بعد اسقدر زیادہ وقوع مین آتا ہے +

جوشش وسٹرن[1] کے میرے (دریافت کئے ہوئے) اصول سے ایک وجہ باولے

---

[1] مادہ فاسد مین جوشش وسٹرن کے آنے سے مراد ہے +

کتون کے کاٹنے کے خاص اثر دن کی سمجھ مین آتی ہے۔ لعاب کا زہر اول ایک پوشیدہ وابتدائی حالت مرض کی پیدا کرتا ہے۔ تیز علامات صرف بعد مین نظر آتی ہین۔ اسکا زہر سب سے اول شکم کی رگون اور شکم کے اندر کے اعضاء پر اثر ڈالتا ہے۔ یہ اثر سر اور دماغ مین نہین پہونچتے جب تک کہ (کاٹنے کے بعد) چند ہفتے نہو جاوین+ تب ہی ایسا ہوتا ہے کہ مرض **ہائی ڈرو فوبیا**[۱] کے علامات تشنجی اپنا اظہار کرتے ہین + باولے کتون کا ہاضمہ اور بھوک جیسا کہ مجھے اکثر اوقات موقعے دیکھنے کے ملے ہین ہمیشہ بالکل **غیر صحیح**[۲] پائی جاوے گی +

واقعہ مندرجہ ذیل سے سانپ کے کاٹنے کے اثر کا حال معلوم ہوجاوے گا +

ایک لڑکے کے سر مین سانپ نے کاٹ کھایا جبکہ وہ لڑکا جنگل مین لیٹا ہوا تھا + اوسکا اثر یہ ہوا کہ پیڑو مین ایک حالت تشنج کی پیدا ہوگئی جسکی وجہ سے کہ اس لڑکے کو پندرہ گھنٹے تک پیشاب نہ اوترا + اوسکی جان بڑے خطرے مین تھی۔ میرے طریق علاج کا استعمال اس وقت کیا گیا اور پورے جسم کے اسٹیم باتھز اور مقامی اسٹیم باتھز کے ذریعہ لڑکے کو وافر پسینہ جلد لایا گیا۔ اسکے ساتھ ٹھنڈک پہونچانے والے **فریکشن باتھز** اور پوری پوری غیر محرک غذا بھی ضروری تھی + تھوڑے ہی عرصہ مین تمام خطرہ رفع ہوگیا اور لڑکے نے بہت سا پیشاب کیا +

اگر اب پھر ہم مختلف قسم کے زہرون کے (خواہ کسی سبب سے ہون) **خون مین پھیل جانے** پر نظر ڈالین تو ہم کو یہ بات ہمیشہ ملتی ہے کہ انکے ابتدا مین مضروب

---

[۱] یہ لفظ یونانی زبان کا ہے اسکے لفظی معنی پانی سے ڈرنے کے ہین۔ اصطلاح مین اس مرض کو کہتے ہین جو کہ باولے کتے کے کاٹنے سے ہوجاتا ہی [۲] یعنی اعتدال سے بہت زیادہ یا بہت کم + ۱۲

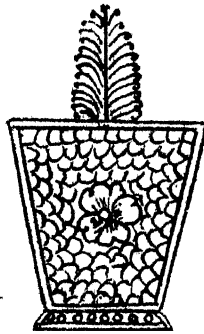
حصہ جسم مین ورم آجایا کرتا ہے + اونچے درجے کا بخار اور بڑی گرمی معلوم ہوا کرتی ہے گو کہ ابتدا مین صرف مقامی ہی ہون + آخر الذکر (یعنی بخار) کو قابو مین لانا ہمارا اول کام ہونا چاہیئے۔ اس حصہ کو ٹھنڈ پہنچانا سب سے زیادہ کارآمد ہوتا ہے + خون مین زہر پھیل جانے کی سخت حالتون مین یہ اکثر اوقات ضروری ہے کہ زخم کو براہ راست جسقدر کہ جسم کا زخمی حصہ اجازت دیوے۔ پانی مین اور اگر ممکن ہو تو بہتے ہوئے پانی مین رکھ کر ٹھنڈ پہنچائی جاوے اور اگر اس حصہ کو سرد پانی مین رکھا نہ جا سکے تو سرد پانی کے کپڑے کی گدیان برابر اوسپر رکھنی چاہئین + اسی وقت مین میرے فریکشن سٹز اور ہپ باتھز کا استعمال بھی باری باری سے کرنا چاہیئے +

ذرا کم درجہ کی ضربات سے مثلاً شہد کی مکھی کے کاٹنے سے ایک قسم کا ورم پیدا ہو جاتا ہے + جو کہ کچھ وقت تک رہتا ہے اور پھر بغیر اپنے کچھ اثر پیچھے چھوڑنے کے غائب ہو جاتا ہے + اس موقع پر یہ کہنا چاہیئے ہین کہ کیڑے مکوڑے عموماً اونہین حصص جسم پر حملہ کرتے ہین جنمین کہ فاران میٹر (مادہ غیر۔ مادہ فاسد) کے اجتماع سب سے زیادہ موجود ہوتے ہین + کپڑے کی اس قسم کی گدیان جنکا کہ ذکر ہو چکا ہے ایسی حالتون مین زخمی حصہ کے آرام کرنے کے لئے بہت کافی ہونگی + ایسی گدیان جسم کو اوسکے اندر سے زہر خارج کرکے شفا حاصل کرنے کی کوششون مین یا مادہ (زہر) کو لعاب دار شئے کے اندر ملفوف کرکے اسکو غیر مضرت رسان بنانے مین امداد پہونچاتی ہین +

جب کہ ورم پھیلنے لگتا ہے اور اپنے قریب کے حصہ ہائے جسم کو اندیشہ مین ڈالتا ہے تو خطرہ سر پر موجود ہے اور اب وقت کو ضائع کرنے کا موقع نہین ہوتا ہے + جس حصہ مین کہ اثر موجود ہے اوس کو سرد پانی مین رکھنا چاہیئے یا اگر ایسا کرنا ممکن نہو وے تو

اوسکو بھیگی ہوئی گردون مین لپیٹ دینا چاہیئے + جبکہ حالات اِس امر کی اجازت دیوین تو مریض بھاپ کے غسل (ملاحظہ کرو صفحات ۱۳۸ لغایت ۱۴۷) جنکے بعد فوراً فریکشن سٹز یا ہپ باتھ دیئے جاوین۔ اوسی دم آرام پہونچاوینگے + فریکشن باتھ کا استعمال علیحدہ بھی کرنا چاہیئے۔ اور اگر خطرہ موجود ہے تو اونکو ہر دو دو یا تین تین گھنٹے کے بعد پھر لینا چاہیئے + اس طریق مین بخار کی گرمی کو خارج کر لینے سے شفا کی جانب ایک بڑا قدم بڑھایا جاتا ہے + فاقہ کرنا بہتر ہے یا اگر کھایا بھی جاوے تو صرف بغیر چھنے ہوئے آٹے کی تھوڑی سی روٹی اور پھل کھا لینا چاہیئے + ٹھنڈے غسلون کے بعد گرمی حاصل کرنے کے لئے یہ عمدہ طریقہ ہے کہ دھوپ مین ٹہلین اور اگر ممکن ہو تو کچھہ محنت کھلے ہوئے میدان مین گھر کے باہر کرین + اگر مضروب یا زخمی حصے سخت بھی ہو گئے ہون تو جزوی اسٹیم باتھ (یعنی جسم کے کسی حصہ دن کے بھاپ سے غسل) دینے کی جنکے بعد کہ ٹھنڈک پہونچانے والا ایک فریکشن باتھ ہمیشہ لیا جانا چاہیئے سفارش کیجاتی ہے + اسٹیم باتھ سے پسینہ آتا ہے جس سے کہ فارن میٹر بڑی بڑی مقدار مین نکل جاتا ہے +

اِس سب سے یہ بات ہم اخذ کرتے ہین کہ ان ضربات سے بھی ایک حالت بخار پیدا ہوتی ہے اور یہ کہ اس بخار کو مغلوب کرنا ہمارا سب سے اول کام ہونا چاہیئے + ایک نوجوان شخص کے بائین ہاتھ مین جسکی کہ مشکل سے بیس سال کی عمر ہوگی اُس وقت مین جبکہ وہ کھیتون مین تھا ایک زہریلے کیڑے نے کاٹ کھایا۔ ڈنک مارتے وقت کچھ ایسی تکلیف نہوئی تھی اور مقام مضروب بھی صرف تھوڑا ہی سا سوجا تھا۔ پس پھر کوئی توجہ اوس پر نہ کیگئی۔ چند گھنٹون کے بعد تکلیف شروع ہوئی اور ہاتھ سوجنے لگا۔ تھوڑی ہی

مین کل ہاتھ سوج گیا اور حکما، جو کہ بلائے گئے اُنھون نے بتلایا کہ خون مین زہر پھیل گیا ہے اور کہا کہ سوائے ہاتھ کاٹ ڈالنے کے اور کوئی چارہ معلوم نہین ہوتا ہے اتفاق وقت سے کوئی شخص میرے طریق علاج کا جاننے والا وہان موجود تھا + پس میرے طریق علاج کا استعمال کیا گیا۔ خاصکر اس وجہ سے کہ ہاتھ کے کاٹنے کا عمل ایسا نہ تھا کہ اُس مصیبت زدہ کو اُس عمل کے کرانے کی بڑی رغبت ہوتی + مقامی اسٹیم باتھ لئے گئے اونکے بعد فوراً ہی **فریکشن ہپ باتھ** اور کبھی کبھی ہپ باتھ تنہا بھی لئے گئے + ایسا کرنے سے امداد پہونچی اور ورم کا بڑھنا رک گیا + غسلون کے بیچ کے وقت مین سرد پانی کی گدیان رکھی گئین + مریض کو کھلے ہوے میدان مین خاصکر دھوپ مین محنت جسمانی بھی کرنی پڑی تاکہ پسینہ زیادہ آئے + اس سادہ طریقہ مین ڈنک کا ہرایک نشان جلد جاتا رہا۔ اوسی کے ساتھ مریض کی عام حالت تندرستی کو بھی بڑا نفع پہونچا +

عورتون کی بیماریان

عورت کی جسمی بناوٹ پیچیدہ ہونے کی وجہ سے عورات کو امراض متعلق بہ آلات تناسل زیادہ تر ہوا کرتے ہین + یہ خرابیان اکثر اوقات بے حد تکلیف دہ ہوا کرتی ہین +
علاوہ اُن خرابیون کے جو کہ حیض۔ حمل۔ وقت زائیدگی۔ نیز درمیان درد زہ۔ اور زمانہ شیرخورانی کے متعلق قدرتی کارروائیون مین ہوا کرتی ہین۔ بعض دیگر شکایات بھی اکثر دیکھنے مین آتی ہین + یہ شکایات صریحی طور سے موجودہ زمانہ کی غلطیون سے جس کے ہمراہ شہوت پرستی۔ زیادہ خوری اور بدراہی موجود ہین۔ پیدا ہوتی ہین۔ اور انھین سے عورت کے جسم کے اندر مزمن اور مضرت رسان خرابیون کی بنیاد پڑتی ہے۔ جملہ اُن مسلسل غیرصحیح حالتون کے۔ جنکے آرام کرنے مین کہ پیشہ طبابت قریب قریب بالکل بے فائدہ کوشش کرتا ہے۔ یہ ہی اسباب ہین +
اب سوال یہ ہے کہ امراض کا یہ شکر یعنی یہ خرابیان جو کہ مخصوص بہ مستورات ہین کہان سے پیدا ہوتی ہین ؟ عورات کے غلط طریقہ معاشرت۔ جسمانی تندرستی کی طرف عدم توجہی۔ کھلے ہوئے میدان مین باقاعدہ محنت نکرنے۔ جسمانی ضروریات کو فی الفور اور قدرتی طریقے مین

رفع کرنے مین عدم توجہی۔ عیش و عشرت کی بڑی تلاش - اور قدرت یعنی نیچر کے رہنے سے بہت ہی کم و بیش ضروری باتون مین انحراف سے ان سب کا سلسلہ ملایا جا سکتا ہے +

یہ تمام قوتین بہت سے طریقون مین ملکر۔ عورت کے بیلے نہہا نازک جسم پر بہت ہی جلد اثر کرتی ہین لپس اسمین کوئی تعجب نہین کہ عورت کے جسم مین سے برداشت کرنے کی طاقت دور ہو جاتی ہے اور بیشمار خرابیان اوسمین پیدا ہو جاتی ہین +

اور اسکے خلاف ہو کیسے سکتا ہی؟ جفاکش و دہقانی عورت (گوکہ ہمیشہ قدرت کے مطابق وہ بھی نہین رہتی ہے) اور شہر کے رہنے والی شریف زادی کے درمیان مقابلہ کرنا ہی میرے کلام کی سچائی ثابت کرنے کے لئے کافی ہے +

پس اگر عورت کے جسم مین اکثر اوقات بیشمار امراض (کچھ موروثی امراض اور کچھ ذاتی غلطیون سے پیدا ہوے امراض) موجود رہتے ہین۔ تو میرا طریق علاج جو کہ اُن تمام مختلف شکایات کا کامیابی کے ساتھ مقابلہ کرنے کے قابل ہے اوسی قدر اور بھی زیادہ ضروری ہو جاتا ہے +

اور یہ ایک موقعہ مبارکبادی کا ہے کہ عورتون اور لڑکیون کے درمیان مین ہی ایسا ہوا ہے کہ میرا طریق علاج اسقدر جلد اختیار کر لیا گیا ہے۔ اسکا آسان اور بےخرچ ہونا (اُنکے لئے اسکو قبول کرنے کی) کچھ کم وجہ نہ تھی + گئی ہوئی تندرستی کے حاصل ہو جانے نے اونکو میرے طریق علاج کے اعتبار کے متعلق پورا پورا اطمینان دلا دیا ہے + اس بات کہ کیون اور کس لئے ایسا ہوتا ہے بغیر زیادہ بحث کئے ہوئے اونکو اس طریق علاج کے (جوکہ قدرتی باتون پر مبنی ہے) نادر اثرون کا یقین ہو گیا ہے - اور وے اسکی بڑی زبردست مرید بنگئی ہین +

اسی کے ساتھ میرے نئے طریقہ تشخیص یعنی **سائنس آف فیشل ایکسپریشن** نے دوستون کا احاطہ بہت ہی وسیع کرلیا ہے + چونکہ **آلات تناسل کے کسی قسم کے امتحانات** کی ضرورت اسمین نہین رہتی اس وجہ سے عورات کی ہمدردی اسکی جانب ضرور ہووے گی + یہ امتحانات ہر ایک عورت کو بہت ہی ناگوار معلوم ہوتے ہین۔ اور اس (نئے طریقہ تشخیص) کے ذریعے سے جسم کی ٹھیک ٹھیک حالت متعجب انگیز صحت کے ساتھ معلوم کر لیجا سکتی ہے +

عورت ذات کے لئے یہ بات خاص ضرورت کی ہے کہ اونکے مرض کا سبب دریافت کرلیا جاوے اور کسی ایسے مرض کو جسکی جڑ زیادہ دور تک چلی گئی ہے معلوم کرلیا جائے وجہ یہ کہ عورتین اور لڑکیاں اپنا ڈاکٹری امتحان کرانے مین پس وپیش کرتی ہین۔ اور بڑے بڑے امراض کی جانب سے بسا اوقات بے پروائی اختیار کیجاتی ہے +

پس عورتون نے کس قدر شکر اپنے تئین ظاہر کیا ہے جبکہ میرے طریقہ (تشخیص) نے جیسا کہ مذکور ہوا **اوزارون کے ذریعہ سے آلات تناسل کے ناگوار امتحانات کو دفعتاً ہمیشہ کے لئے بند کردیا** +

میرے طریقہ علاج کو جس کو کہ بوجہ اسکے عملی اثرون کے عورتون نے بہت ہی جلد قبول کیا ہے۔ بہت ہی بڑی کامیابی حاصل ہوئی ہے + جیسا کہ ذکر کر چکے ہین یہ بات اسی وجہ سے ہوئی ہے کہ خاصکر عورتون اور لڑکیون مین میرا طریقہ علاج پورا پورا اختیار کیا گیا ہے۔ اسکے مجرب ہونے کا یہ ایک معقول ثبوت ہے + خواہ وہ مرض جسمین کہ عورت مبتلا ہے کوئی بھی ہو۔ لیکن میرا طریقہ شفابخشی مریضہ کو وہ آرام پہونچا دیتا ہے جسکی کہ بہت عرصہ سے آرزو تھی +

حیض مین خرابی - حیض سے ظاہر ہوتا ہے کہ پیدا کرنے کے لیے حالت طیاری کی ہمیشہ موجود ہے + جب تک کہ حمل قرار نہین پاتا اُس وقت تک حیض کے خون کا اجرا بغیر اسکے کہ اسکا مقصد پورا ہوگیا ہو - ہوتا رہتا ہے لیکن تندرست عورت مین اس کارروائی کے ساتھ نہ تو کوئی تکلیف ہوتی ہے نہ کوئی ناخوشی معلوم ہوتی ہے + اگر ایسی بات معلوم ہو تو یقین کے ساتھ یہ نتیجہ نکال سکتے ہین کہ جسم مین مادہ ناقص کا بار موجود ہے +

میرے برسون کے تجربے نے یہ بات دکھلائی ہے کہ عورت کے جسم مین اس قدرتی کارروائی کا جسکا کہ بیان ہو رہا ہے (یعنی حیض کا) تعلق صورت ہلال یعنی چندرمان کی شکل سے ہے + مین کہونگا کہ پوری تندرست عورت مین حیض پورے چاند کے دن یعنی پورنماشی کو ظاہر ہونا چاہیے - تین سے چار دن تک جاری رہنا چاہیے اور ٹھیک ٹھیک انتیس[۲۹] دن گذرنے کے بعد ظاہر ہونا چاہیے + اُن عورتون کو جنکو کہ اس وقت[لے] پر یا اُس وقت کے قریب حیض نہین ہوتے اس امر کا یقین دلا دینا چاہیے کہ اونکے شکم کے اندر عضاء مین بار مادہ فاسد کا موجود ہے - اور اُسی قدر بار بھی زیادہ ہوگا جسقدر کہ اجرائے حیض مادہ کا ایکے دن پورنماشی سے زیادہ دُور ہوگیا ہوگا + بار مادۂ فاسد کا اور بھی مزمن رہا ہوگا اگر حیض صرف دو ہفتے یا تین ہفتے کے بعد لوٹ لوٹ کر آدین یا اگر حیض چودہ[۱۴] دن تک جاری رہین - آجکل بدقسمتی سے دونون علامتین بہت ہی عام طور سے وقوع مین آرہی ہین + نیچر مین ہر ایک شے مین تبدیلی ہوتی رہتی ہے - اور پس اس کارروائی حیض سے بھی ہمکو ایک متواتر فروغ و زوال اور ہر دم کی بیشی و کمی نظر آتی ہے + عورتون اور لڑکیون کے

لے یعنی پورنماشی کے وقت یا پورنماشی کے قریب + ۱۲

ایام حیض بمقابلہ اُسکے جیسا کہ عموماً خیال کیا جاتا ہے۔ بہت زیادہ قابل قدر ہین +
ایام حیض مین خاموشی اختیار کرنے اور ہر قسم کے جوشس سے بچنے کی سفارش ہر ایک اہل
عورت سے کیجاتی ہے جو کہ ناگوار بلکہ بہت خراب نتایج سے بچنا چاہتی ہے۔ اس بات کے
دیکھنے کا مجھے اکثر اتفاق ہوا ہے + حاملہ عورت کے ساتھ مین یہ بات خاصکر ہوتی ہے +
حاملہ عورتون کے تمام خیالات اور اونکے تمام افعال کا اثر رحم کے اندر بچہ کے بڑھنے پر پڑتا ہے +
مجھے تجربہ نے یہ بات بتلائی ہے کہ وہ امراض جو ان ایام مین ہو جاتے ہین سب سے زیادہ
خراب اثر رکھتے ہین +

یہ قدرتی کارروائیان جو کہ عورت کے جسم کے اندر ہوتی رہتی ہین۔ غور سے دیکھنے والے
شخص کے لئے دیگر قابل لحاظ امورات بھی ظاہر کرتی ہین + قدرت کے قوانین اصلی کی آپس مین
ایک تعجب انگیز وحدانیت کا عجیب ثبوت ان امورات سے ملتا ہے + اس بارے مین مینے
اپنی چھوٹی کتاب **سائنس آف فیشل اکسپریشن** کے اندر مشرح بحث کرلی ہے اسکی جانب
مین اُن لوگون کو جن کو اس مضمون سے دلچسپی ہے مایل کرونگا +

جیسا کہ ذکر کر چکا ہون اگر اجراے حیض بہت زیادہ ہو یا بہت قلت کے ساتھ ہو
اگر حیض رُک جاوے یا بے قاعدہ طور پر ہو تو ان سب سے ایک یقینی ثبوت مادہ ناقص کے
بار کے موجود ہونے کا ملتا ہے + سوال یہ ہے کہ یہ بیماری کی حالت کس طور سے اچھی کرنی
چاہیئے ؟ **نیا علم شفا بخشی** اس موقعہ پر بھی ہمین دھوکا نہین دیتا ہے + ناقص ہاضمہ
جو کہ پیٹ مین فارن میٹر (مادہ غیر۔ مادۂ فاسد) کے جمع ہونے سے پیدا ہوا تھا۔ خرابی
حیض[1] کے قبل ضرور واقع ہوا ہوگا۔ ایسی خرابیون کے ساتھ مین یہ[2] ہر دم اور قدرتاً

---

[1] حیض کی خرابیون سے مراد ہے + [2] یعنی ناقص ہاضمہ +

رہا کرتا ہے - اگر ہم ہاضمہ کو درست کرین - اور انتڑیون کے باقاعدہ خالی ہونے پر نگاہ رکھین - اور پیڑو کے اندر کی غیر صحیح اونچے درجہ کی حرارت کو کم کردین تو ایسے امراض کے ناگوار نتائج خود بخود دور ہو جاوینگے +

ٹھنڈک پہنچانے والے میرے غسل جو کہ ہر شخص کی حالت مین مادہ فاسد کے بار کے لحاظ سے تجویز کئے جاتے ہین - اور غیر محرک غذا - اور شفا بخشنے والے میرے دیگر مشہور وسائل - حیض کی خرابیون مین بہت ہی مجرب ثابت ہوئے ہین جیسا کہ حاصل شدہ شفایابیون سے کافی طور پر ثابت ہو گیا ہے +

مجھے یقین ہے کہ حیض کا خون جسم کے اندر خلطون کی زیادتی پر دلالت کرتا ہے + نطفہ قرار پانے پر یہ خون ادھ بنے بچہ کی پرورش کرنے مین صرف ہوتا ہے + اور یہ صحیح بات ہے کہ رحم کے اندر بچے کے بڑھنے کے لئے وہ ایام جو پورے چاند کے قریب کے ہوتے ہین بہت ہی نازک ہوتے ہین - یعنی کہ وہ دن جنمین کہ تندرست نہ کہ حاملہ عورت مین حیض کا اظہار ہوا کرتا ہے +

اسقدر مجکو اس بات کا بھی یقین ہے کہ وہ امراض جنکا تعلق کہ رحم سے ہے جیون جیون چاند بڑھتا جاتا ہے تیون تیون زیادہ خراب ہوتے جاتے ہین - اور جیون جیون چاند گھٹتا جاتا ہے تیون تیون اچھے ہوتے جاتے ہین + ان کارروائیون سے بھی صاف طور سے یہ بات ثابت ہوتی ہے کہ نیچر کے ساتھ انسان کسقدر زیادہ بندھا ہوا ہے +

اُن واقعون کے جو کہ میرے تجربے مین آئے ہین اور جن سے کہ ایام[1] مذکورہ کا قابل قدر ہونا ظاہر ہوتا ہے مفصل حالات کا سُننا ناظرین کے لئے باعث غیر دلچسپی نہ ہوگا +

---

[1] مراد ہے اُن ایام سے جنمین کہ حاملہ عورت کو اگر وہ حاملہ نہ ہوتی ہوتی اجرائے حیض ہوا ہوتا +

اول واقعہ ایک حاملہ عورت کا ہے جس کو چوہون کا ایسا زیادہ خوف تھا جوکہ بیان سے باہر ہے + ایک دن اوسکے ننگے ہاتھ پر ایک چوہا دوڑ گیا۔ یعنی ٹھیک ٹھیک اوسی وقت مین جبکہ دوسری صورت مین اُس کو حیض[1] روان ہوئے ہوتے + یہ بات کہ وہ عورت کسقدر ڈر گئی تھی اس امر سے جانی جاسکتی ہے کہ وہ عورت اس واقعہ کو اپنے دل سے دُور نکر سکی ۔ رات کو خواب مین بھی اُس کو اسی کا خیال رہتا تھا + چند مہینے کے بعد جبکہ اُس کے بچہ پیدا ہوا تو اُس بچہ کی باہنہ پر ایک چوہا۔ یعنی ایک مقام ٹھیک ٹھیک چوہے کی شکل کا اور اوسکی برابر بڑا معہ چوہے کی ایک خوبصورت دُم کے جسپر کہ بہت باریک بال تھے۔ موجود ملا + لیکن یہ کُل مقام بقیہ باہنہ کی سطح کے ہموار تھا اور اوسپر ایک خاص قسم کے بھورے بال بعینہ چوہے کے سے موجود تھے +

ایک دوسرا واقعہ ہے کہ ایک عورت چھٹی بار حاملہ تھی + خود اُس عورت کے نیز اوسکے شوہر اور پانچون بچون کے بال سیاہ تھے + موجودہ ایام حمل مین ایک لڑکی جس سے کہ اُس کو بہت ہی محبت تھی اسکے ساتھ روزانہ رہتی تھی اس لڑکی کے بال چمکیلے سُرخ لہرانے والے اور گھونگر والے تھے اور بہت زیادہ تھے ۔ اِس قسم کے بال بہت ہی کم دیکھنے مین آتے ہین + وہ عورت اُس لڑکی کو بڑی شفقت سے عزیز رکھتی تھی اور یہی دلی آرزو رکھتی تھی کہ خود اوس کے بچہ کے بھی ایسے ہی بال ہو دین + یہ خواہش اُس کے اُن ایام مین جبکہ اُس کو معمولی حالت مین حیض[2] ہونے چاہئین تھے ۔ بہت ہی نمایان ہو جاتی تھی اور بسا اوقات وہ اس بات کو خواب مین بھی دیکھتی تھی + پانچ مہینے مین اوسکے ایک لڑکی

---

[1] یعنی اگر وہ حاملہ نہو نی ہوتی +

[2] یعنی اُن دنون مین جبکہ اسکو حاملہ ہونے کی حالت مین حیض ہوا کرتے تھے + ۱۲

پیدا ہوئی + شکل و صورت مین تو یہ اپنے والدین سے ملتی تھی۔ لیکن بال اوس کے ٹھیک ٹھیک ویسے ہی عجیب سرخ نکلے جیسے کہ لڑکی مذکورہ کے تھے +

ایک تیسرا واقعہ جو کہ (دونون کے مقابلے مین) کچھ کم عجیب نہین ہے مندرجۂ ذیل ہے

ایک لیڈی معہ اپنے چھوٹے کُتے کے گاڑی مین جارہی تھی + کُتا کسی گذرنے والی شئے کا گرویدہ ہوکر گاڑی سے دفعتہً ایسا کُودا اور کمبختی کی وجہ سے ایسا گرا کہ گاڑی کا پہیہ اوسکے سر پر کو گذر گیا + اس وقوعہ سے اس لیڈی کو ایسا صدمہ پہونچا کہ وہ کتے کے کچلے ہوے سر کے نظارہ کو فراموش نکرسکی + اس کو صرف چند ہی ماہ کا حمل تھا اور جبکہ چھ ماہ بعد اوسکے بچہ پیدا ہوا تو مُردہ پیدا ہوا۔ سر اس بچہ کا کچلی ہوئی شکل کا تھا +

مین ایک چوتھے واقعہ کا بھی ذکر کرونگا + ایک عورت کے ایک ایسا بچہ پیدا ہوا جس کا دہن ایک کان سے دوسرے کان تک کھلا ہوا تھا + پیدا ہونے کے بعد فوراً وہ مرگیا + اس خراب ساخت (بناوٹ) کا سبب ایک خوف کا ہوجانا تھا جو کہ اوس عورت کو ایک نقال کے بڑے مُنہ والے پہنے ہوے چہرہ[1] کے دفعتہً دیکھنے سے ہوا تھا + وہ ایسی خوف زدہ ہوگئی تھی کہ کئی رات تک سو نہ سکی تھی + یہ بات اوسکے ایام[2] حیض مین ہی ہوئی تھی ورنہ (اسکا) اثر ایسا نمایان نہوا ہوتا +

پس ناظرین سمجھ گئے ہونگے کہ بچون کی مختلف خصلتون اور مزاجون کا انحصار اکثر اُن حالتون اور کیفیتون پر ہوا کرتا ہے جو کہ اونکی ماؤن کی اونکے زمانہ حمل کے اُن ایام مین رہی ہون جنمین کہ اُن اوقات پر حیض ہونے چاہئین + اگر وے غمگین اور ہر شئے کو باعث خرابی سمجھنے

---

[1] مراد ہے اُس مصنوعی چہرہ سے جو کہ سانگ تماشون مثلاً رام لیلا وغیرہ مین تماشہ والے اپنے مُنہ پر لگا لیتے ہین +

[2] یعنی اُن دنون سے مراد ہے جو کہ اوسکو حاملہ نہونیکی حالت مین ایام حیض کے ہوسکتے +

والی رہی ہونگی تو یہ حالت بچون مین بھی تاخیر یا تعجیل کے ساتھ نمودار ہوگی + غصہ۔ بزدلاپن۔ جرات۔ **کلیپٹومینیا** (یعنی سرقہ کی طرف مائل ہونے کی دیوانگی) دکھو دہی لالچ اور تمام دیگر عمدہ اچھی اور بری علامت کا سلسلہ ایک ہی سبب سے ملایا جاسکتا ہے۔

ان سے ہمکو یہ نتیجہ نکالنا چاہیئے کہ وہ تمام بیرونی قوتین جو کہ ہمارے حواس پر اثر ڈالتی ہین یعنی جو کہ ہمارے دماغی اعضا پر اثر ڈالتی ہین۔ وے اپنی خاص قوت کو اوسی جگہ صرف نہین کردیتین۔ بلکہ اعصاب کے ذریعہ سے پہونچکر پیڑو اور پیٹ کے اندر آلات پر اثر ڈالتی ہین۔ اگر پڑھنے والے بخار کے میرے اصول کو بغور سمجھا ہے تو اوس کو معلوم ہوجاے گا کہ مین پیڑو کو تمام امراض کے سبب کے پیدا ہونے کی جگہ سمجھتا ہون + میرا اصول جو کہ پیڑو کو جسم انسان کے اندر ہمیشہ ایک خاص آلہ خیال کرتا ہے۔ اوسکی عمدہ اور پورے طور سے مدد مذکورہ بالا واقعات سے ہوتی ہے۔ اور میرا طریقہ شفا بخشی اوسکے ساتھ ہی ساتھ ایسے ثبوت بہم پہونچاتا ہے جنکی کہ تردید ہی نہین ہوسکتی +

رحم کا ٹل جانا۔ پیساری کا استعمال۔ یہ خرابی بھی اوسی یکسان سبب یعنی رحم مین مادہ فاسد کا بار ہوجانے سے پیدا ہوجاتی ہے + اس موقعہ پر بھی مادہ ناقص اندرونی گرمی اور دباؤ پیدا کرتا ہے جسکی وجہ سے کہ رحم بباعث طاقت مقابلہ کی کمی کے آگے بڑھ آتا ہے + یہ حالت ایسی ہی ہے جیسے کہ آنت اترنے کی جسکا ذکر صفحہ ۴۰۴ پر ہوا ہے +

اس خرابی کا اصلی سبب پرانے اطبا ے ذی علم کو معلوم ہی نہین + اس معاملہ کی

لہ انگریزی کا لفظ ہے ایک آلہ ہی جو کہ لکڑی۔ موم جامہ۔ یا اسی قسم کی اور کسی شئے کا بناتے ہین اور عورت کے اندام نہانی مین اس لیئے رکھدیتے ہین کہ رحم کے منہ اور گردن کو سہارا لگاتا ہے اور رحم کو نیچے نگرنے دے +

تہ تک وہ بہت ہی کم پہونچتے ہین۔ بلکہ محض ایک ربڑ کا چھلا یا دیگر پیساریز انڈام نہانی
مین رکھدیتے ہین اور اس طرح پر رحم کو پیچھے روک دیتے ہین + کتنے زیادہ مریضان میرے
تجربے مین آئے ہین جو کہ ایسے چھلے پہنے ہوئے تھے۔ ان سے چندے آرام ملسکتا ہے مگر
سبب کو وہ ہرگز دور نہین کرسکتے +

ہمارے طریق علاج کے استعمال سے وہ اندرونی دباؤ جسکی وجہ سے کہ مرض عود کر آتا ہے
جلد کم ہوجاتا ہے۔ مادۂ ناقص خارج ہوگیا تو پس چھلے کا استعمال غیر ضروری ہوگیا۔ اور
ساتھ ہی ساتھ مرض کے ازسرنو ہوجانے کا احتمال جاتا رہا + اور یہی بات رحم کے ترچھا
ہوجانے سے بھی متعلق ہے + یہ بھی بالکل اوسی طریقے سے پیڑو مین اندرونی تناؤ کی زیادتی
سے ہوجایا کرتا ہے + آخرالذکر (یعنی پیڑو) مین اسقدر مواد ناقص کا بار ہوجاتا ہے کہ رحم
اپنی اصلی جگہ سے ہٹ جاتا ہے یعنی اسمین ٹیڑھا پن آجاتا ہے۔ اس خرابی کو اوسی طریق
علاج کی ضرورت ہوتی ہے + یہ بات کہ یہی علاج اسکا صحیح علاج ہے اُن شفایابیون سے
ثابت ہوتی ہے جو کہ میرے طریقے شفا بخشی کے ذریعے حاصل ہوئی ہین + تجربہ اس بات کو
دکھلاتا ہے کہ اعمال جراحی سے یا ہاتھ کے ذریعے سے اُسکو ٹھیک کرنا اعضاے متعلق کو دائمی
نقصان پہونچاتا ہے +

بانجھپن۔ یہ امر قابل افسوس ہے کہ بہت سی عورتین جو کہ مجھسے مشورہ لینے آتی ہین
وہ اپنا دلی دُکھ مجھسے کہتی ہین اور اس بات کا رنج ظاہر کرتی ہین کہ اونکی شادی کرنے سے
کوئی اولاد اونکے نہین ہوئی + اور باوجود اس بات کے وہ یہ بھی سمجھتی ہین کہ وے بہت ہی
تندرست ہین + بیشک یہ سخت غلطی ہے۔ کیونکہ بانجھپن ہمیشہ زیادتی بار مادہ فاسد کے ہونے
پر دلالت کرتا ہے۔ خصوصاً آلات تناسل مین۔ خصیۃ الرحم مین۔

فیلوپین ٹیوبس[1] اور رحم وغیرہ ہین - بعض حالتون مین بہ لحاظ مقدار بار مادہ فاسد نطفہ قرار پا سکتا ہے - لیکن پیڑو مین مادہ فاسد کے اکٹھا ہو جانے کی وجہ سے سوزش اسقدر زیادہ ہو جاتی ہے کہ اوسکے باعث جو کھچاؤ یا دباؤ ہوتا ہے اوس سے اسقاط حمل ہو جاتا ہے یا زائیدگی قبل از وقت وقوع مین آجاتی ہے + اسقاط عموماً ایام حمل کے شروع کے چار ماہ مین ہوا کرتا ہے اور اوس مین کسی ایسے ہی اتفاقیہ سبب سے امداد[2] پہونچتی ہے مثلاً کسی قسم کا جوش - خوف یا دھکا - یہ تمام باتین مادہ فاسد مین زیادہ جوش پیدا کرنے کی قابلیت رکھتی ہین + کمر سے کس کر پیٹیان باندھنا ایک دوسرا سبب ہے جس سے کہ اسقاط کو مدد پہونچتی ہے +

دیہات مین جہانکہ عورات بمقابلہ شہرون کے بہت زیادہ حفظان صحت کے قواعد کے موافق رہتی ہین اسقاط حمل سے بہت کم واقف ہین + میرے دیکھنے مین ایسی عورتین آئی ہین جو حاملہ پن کے ساتوین ماہ تک ناچنے مین شریک ہوتی رہی ہین اور بعد کچھ بھی خرابی نہین ہوئی +

اسقاط کا ہونا صرف اوسکے سبب یعنی آلات تناسل کے بار (مادہ فاسد) کے دور کر دینے سے ہی روکا جاسکتا ہے + استعمال جراحی سے - پچکاری کے ذریعے دوا اندر پہونچانے سے - اور دیگر طریقون بن ہاتھ سے عمل کرنے سے

[1] یہ دو نالیان ہین جو کہ رحم کے بالائی سرے سے نکلکر کوکھ تک گئی ہین - انکو ایک حکیم فیلوپیس متوطن پدوا نے سولھوین صدی مین دریافت کیا تھا اس لئے اسی کے نام سے انکو پکارتے ہین یعنی فیلوپین ٹیوبس - فیلوپین جس کو نسبت ہے فیلوپیس سے - اور ٹیوبس یعنی نالیان - یعنی وہ نل یا نالیان جنکو فیلوپیس حکیم نے دریافت کیا تھا +

[2] یعنی اسقاط کے ہو جانے کا باعث ہوتا ہے +

جیسے کہ عورات کی اسقدر بے پردگی ہوتی ہے۔ کبھی مقصد براری نہین ہو سکتی + درحقیقت ممکن ہے کہ اونکی وجہ سے جسم کے اندر آرام کرنے کی طبعی قوت ایسی بے حس کر دیجاوے کہ میرے طریقے سے بھی شفا کا ہونا ممکن نہ رہے +

اور اس موقع پر مین ایک واقعہ کا ذکر کرونگا جس کا ذکر کرنا بہت ہی ضروری ہے۔ تجربہ سے یہ بات ظاہر ہوئی ہے کہ یہ امر کہ جماع کس وقت کیا جانا چاہیئے فراموش کر دینے کی بات نہین ہے + جیسے کہ نیچر (سرشٹی) مین سب جگہ۔ ایسے ہی انسانون مین بھی صبح کے وقت قوتِ زندگی سب سے زیادہ ہوتی ہے۔ پس صبح کا وقت ترقیِ نسل کرنے کے لئے بہت ہی عمدہ ہے۔ کسی دوسرے وقت جماع کرنے سے مثلاً شب کے وقت مین زیادہ شوہر کے صرف اعصاب کو ہی تحریک اور اس تحریک کے باعث کمزوری نہین ہوتی۔ بلکہ اگر نطفہ قرار پاجاوے تو بچہ اُس قوتِ اصلی کے ساتھ نہ بڑھے گا جسکے ساتھ کہ وہ دیگر حالت مین بڑھتا +

اگر بار مادہ فاسد بہت زیادہ نہین ہے اور جسم مین کچھ قوتِ اصلی بھی باقی رہی ہے تو بانجھپن کو آرام ہو سکتا ہے + اپنے طریق علاج سے مین اکثر ایسا کر سکا ہون کہ عورتین اپنی دلی خواہش پورا کرنے کی قابل ہو گئی ہین +

ایک لیڈی کو جسکی شادی کو آٹھ سال گذر چکے تھے بہت ہی بڑی خواہش بچہ کی ماں بننے کی تھی اور اُس وقت تک اُس کو کوئی امداد ماہرین درجہ اعلےٰ سے بھی نہ ملی تھی + آخرش وہ مجھے مشورہ لینے آئی + مین نے اوسکو سمجھایا کہ اوسکی حالت بانجھپن کا اصل سبب پیڑو کے اندر بہت زیادہ بار (مادہ فاسد) کا ہوتا ہے۔ اور سب سے اول کام یہ کرنا ہوگا کہ مواد ناقص کو دور کیا جائے + صرف اسی طریقہ مین وہ اپنی دلی خواہش

پُوری کر سکے گی +

میرا نسخہ یہ تھا یعنی دو سے تین تک فریکشن باتھ روزانہ۔ غیر محرک غذا۔ اور قدرتی طریقے مین زندگی بسر کرنا + اس طریقے مین اُس سے بار (مادہ فاسد) کا کم ہو گیا اور چند ماہ بعد وہ مجھے یہ خوشخبری دے سکی کہ وہ حاملہ ہو گئی ہے + میرے طریق علاج کے موثر ہونے کے مزید ثبوت اس امر مین دستیاب ہوئے کہ بچہ آسانی کے ساتھ اور تندرست پیدا ہوا +

چھاتیون کا زخمی ہو جانا یعنی تھنیلہ اور دُودہ کا نہونا۔ بچہ کی غذا کا سب سے عمدہ اور بالکل قدرتی ذریعہ مان کی چھاتی ہے + یہ آلہ ایک سب سے ضروری آلہ ہے جسکے کامون کی بدقسمتی سے آجکل اکثر اوقات بباعث ناواقفیت بہت کم قدر کیجاتی ہے اسکا اثر یہ ہوتا ہے کہ تندرست قوم کی پرورش کرنے کے لئے ایک بیش بہا وسیلہ کی پروا نہین کیجاتی۔ کسقدر مائین ایسی ہین جو اپنے بچّون کو جزاً یا کلیتہً دُودہ پلانے کے ناقابل ہین + ٹھیک ٹھیک مطلب یہ ہے کہ ایسی مائین درحقیقت شریفانہ نسل کرنیکے قابل نہین ہین + کیا ایسی بات کبھی جانور وحشی حالت مین بھی دیکھنے مین آتی ہے؟ کیا ہم کبھی ایسا دیکھتے ہین کہ کوئی جانور اپنے بچے کو دُودہ نہ پلا سکتا ہو۔ یا دُودہ پلانے سے کبھی اوسکے تھنون مین زخم ہو جاتے ہون؟ ایسی حالت کبھی واقع نہین ہوتی + پس کوئی بہت ہی مقررہ اسباب ضرور ہونگے جنکی وجہ سے کہ یہ باتین انسان کی عورتین پیدا ہوتی ہین + حاملہ ہونے اور دُودہ پلانے کے قبل چھاتیون کا معمول سے بہت زیادہ بڑا ہونا ایک اس قسم کا سبب ہے + یہ بات لوگ خوب جانتے ہین کہ بہت سی عورتین جنکی چھاتیان اس طور سے بہت بڑھی ہوئی ہوتی ہین وہ بچہ کو دُودہ پلانے کے بالکل ناقابل ہوتی ہین یا دُودہ

پلانے کی حالت میں اونکے سر پستان میں زخم ہو جاتے ہیں ٭ حالت باکرہ پن میں چھاتیونکا اس قسم سے بہت بڑا ہوا ہونا ہرگز حالت صحت کا اظہار نہیں کرتا ٭ برخلاف اس کے یہ یقینی علامت اس بات کی ہے کہ جسم میں مادۂ ناقص کا بار بہت زیادہ ہے ٭

دیہات میں خاصکر ہم کو اکثر اوقات اس بات کے دیکھنے کا موقع ملتا ہے کہ عورتین کیونکر اپنے بچون کو بغیر تکلیف کے اس دنیا میں لاتی ہین اور اسی طرح سے بغیر کسی تکلیف کے اونکو دودھ پلاتی ہین گو کہ قبل حاملہ ہونے کے نہ ایام شیر خوارگی میں اونکی چھاتیان بڑی اور بھری ہوئی ہوتی ہین ٭ دودھ کا نہونا بھی اوسی وقت ہو سکتا ہے جب کہ کوئی عورت بہت زیادہ دُبلی ہو۔ یہ دُبلا پن دلالت اس امر پر کرتا ہے کہ مزمن بار (مادۂ فاسد) کی جڑ بہت گہری پہونچ گئی ہے۔ ایسی حالتون میں۔ خصوصًا جب کہ بچہ کی ماں اُن چیزون پر گذر کر رہی ہے جو کہ فی زمانہ عمدہ۔ قوت بخش اغذیہ تصور کیجاتی ہین۔ یعنی گوشت۔ شراب انگوری۔ شراب جو۔ بیضہ۔ دودھ وغیرہ۔ مینے دیکھا ہے کہ عورتین بوجہ نہ اُترنے دودھ کے دودھ پلانے کے لئے آیندہ قابل نہیں رہتین ٭

دوسرے یہ بات ہے کہ مینے بسا اوقات اس بات کا تجربہ کیا ہے کہ مناسب غیر محرک غذا۔ اور میرے فریکشن باتھ و اسٹیم باتھ۔ دودھ پلانے کی ناقابلیت کو رفع کردینگے۔ اور اسی طریقے میں تھنیلہ کو بھی آرام کردینگے ٭

ایک عورت کے اسکا تیسرا بچہ پیدا ہوا۔ پیشتر دو بچون میں سے ایک کو بھی وہ اپنا دودھ نہیں پلا سکی تھی حالانکہ ایسا کرنے کی اُس کو بہت ہی بڑی خواہش تھی ٭ اس مرتبہ اوسنے اس بچہ کے پیدا ہونے کے کچھ عرصہ پیشتر میرے طریق علاج کا استعمال کیا تھا اور اسکی خواہش پوری ہوئی کیونکہ بچہ کے لئے دودھ بہت کافی اُترا ٭

میرے مطلب مین اس قسم کے بہت سے واقعے گزرے ہین +

تھنیلہ کے متعلق علاج کے ایک واقعہ کو بہت سے واقعون مین سے انتخاب کرکے اس موقع پر درج کرتے ہین +

ایک نوجوان عورت کی چھاتون پر بچہ جننے کے چند ہفتے بعد سخت سوجن کی تکلیف ہو گئی - خاندانی حکیم نے آخر چارہ کار اوسمین اگلے دن شگاف دینا تجویز کیا + لیکن مریضہ اس عمل جراحی کے کرانے کے لئے اپنے تئین آمادہ نکر سکی - اور اوسی شام کو ناوقت مجھے بلایا + مینے اس کو سمجھایا کہ میری رائے مین عمل جراحی محض فضول ہی نہین ہے بلکہ بہت خطرناک بھی ہے اور یہ کہ مجھے یقین ہے کہ مین اوسکی امداد ایک دوسرے طریقے مین بہت قلیل عرصہ مین کرسکونگا + اوسنے میری ہدایات پر بخوشی عمل کیا اور چار فریکشن سٹز باتھ اوسی شب مین نصف نصف گھنٹہ تک ہر دفعہ ۵۵ درجہ فہرن ہائٹ کی حرارت کے پانی مین لئے + اگلے دن اوسکی حالت بہت کچھ سدھر گئی + چند دن بعد تمام درد رفع ہو گئے - اور چند ہفتے علاج کرنے کے بعد اوسکی حالت بالکل صحیح ہو گئی کیونکہ مرض کا سبب یعنی فارن میٹر پیٹ سے خارج کردیا گیا +

اس مرض کی حالتون مین یہ شفایابیان میرے طریق علاج کی قیمت کو بمقابلہ میڈیکل لوگون کی تمام علمی تحقیقاتون کے زیادہ صاف صاف بتلا رہی ہین اور اوسکی عمدگی کا ایسا ثبوت دے رہی ہین جسپر کہ اعتراض ہی نہین ہوسکتا +

زچہ کا بخار - ہزارون آسودہ مائین ہرسال اس خوفناک مرض کا شکار ہوتی ہین جو مرض کہ بے رحم ہے اور کسی کو چھوڑنے والا نہین ہے - خوف اوسکا اس وجہ سے زیادہ ہے کیونکہ انسانی امداد اس وقت تک اسکا مقابلہ کرنے مین لاچار ثابت ہوئی ہے +

اس مرض کا اظہار اس امر کی پختہ علامت ہے کہ جسم فارن میٹر سے بہت ہی بھرا ہوا ہے + یہ خطرناک بخار صرف اوسی وقت ہو سکتا ہے جبکہ مادہ ناقص جسم کے اندر موجود ہے اور جوش مین آنا شروع ہو جاتا ہے + صرف وہی عورت زچہ پن کے بخار مین مُبتلا ہو جاسئے گی جسکے جسم مین کہ بعد بچہ جننے کے فارن میٹر (مادہ فاسد - مادہ غیر) کی کافی مقدار مرض کو تحریک دینے والی باقی رہ گئی ہے + مثلاً یہ کسی طور سے ضروری نہین ہے کہ وہ خون جو کہ رحم مین رُک جاتا ہے - یا کہ جھلی کا کوئی ٹکڑا اول سڑنے (جوش مین آنے) لگے اور سڑنے کے بعد خود - فارن میٹر موجودہ پر اُس کو جوش مین لانے کا اثر ڈالے + پس اگر ہم چاہتے ہین کہ زچہ کے بخار کو آرام کرین تو ہم کو اسکے سبب یعنی فارن میٹر کو جسم سے خارج کر دینا چاہیئے - اور یہ کام فریکشن سٹز باتھز کے ذریعہ سے بہت آسانی سے کیا جا سکتا ہے + مس اماں کے ساتھ بچہ جننے کے اگلے دن ایک لیڈی زچہ پن کے سحت بخار مین مُبتلا ہوئی + دایہ نے گرم گدیوں کا استعمال کیا تھا - مگر بیشک بلا کسی نفع کے + وہ اُس بڑھی ہوئی اندرونی گرمی سے جو کہ جسم کے اندر فارن میٹر کے سڑنے سے پیدا ہوئی تھی ناواقف تھی - یعنی اُس گرمی سے جو کہ قدرتاً ٹھنڈک پہونچانے سے رفع کیجا سکتی ہے + مینے مریضہ کو اس بات سے آگاہ کر دیا کہ مین اوسکی مدد تو ضرور کر سکتا ہون لیکن مجھے خوف ہے کہ وہ میری ہدایات پر عمل نکرے گی + اُسکا جواب تھا کہ "جو کچھ آپ چاہین وہ تجویز فرمائے - مین ہر ایک بات کرونگی" + پس مین نے اوسکے لئے تین چار فریکشن سٹز باتھز پندرہ سے تیس منٹ تک ۶۴ درجہ فہرن ہائٹ حرارت[1] کے پانی مین لینا تجویز کئے +

مگر چونکہ مریضہ کے لئے پانی کو حرارت مذکورہ تک گرم کرنا دقت طلب تھا اوس نے

---

[1] یعنی ۶۴ درجہ فہرن ہائٹ تک - اس درجہ پر پانی چھونے مین گرم نہین ہوتا بلکہ سرد ہوتا ہے،

پانی اوسی درجہ کا لیا جیسا کہ نل سے آتا تھا (صرف پانچ درجہ فرن ہائیٹ کی حرارت کا)
دیگر باتوں میں میری ہدایات پر ٹھیک عمل کیا گیا + زیادہ سرد پانی میں کچھ برائی نہ تھی
بلکہ اس سے شفا جلد ہوئی - حالانکہ اس کے مقابلے میں زیادہ گرم پانی شروع میں زیادہ
خوش معلوم ہوتا + لیکن جہاں کہ جسم میں مرض کو دور کرنے کی قوت بہت کم نہیں ہو گئی ہے
تو سرد پانی ہمیشہ زیادہ نفع بخشتا ہے + اٹھارہ گھنٹہ میں بخار کم ہو گیا اور مریضہ خطرے
نکل گئی + ایک ہفتہ کے اندر وہ اپنے معمولی کاروبار کرنے کے لائق ہو گئی + اس موقعہ پر
اس امر کا کہ فریکشن سٹز باتھ اپنا اثر تعجب انگیز تیزی کے ساتھ کرتے ہیں ایک اور
ثبوت موجود ہے + قدرتی آلات اخراج مواد کی جانب فارن میٹر کھینچ لیا گیا تھا - اسکی
وجہ سے اسکی آیندہ کی سڑن (جیسے کہ دوسرے بخار کی حالت میں) روک لی گئی تھی +
غسلوں کو کچھ عرصہ تک اور جاری رکھنے کے بعد - آخرش مریضہ بمقابلہ پیشتر کے بہت زیادہ
تندرست ہو گئی + یہ بات معلوم ہوئی ہو گی کہ اس حالت میں بھی میرا علاج اس علاج کے
بالکل برعکس تھا جو کہ پرانے پیشہ وروں نے تجویز کیا ہوتا + جیسا کہ میں نے اکثر دیکھا ہے
ڈاکٹر لوگ یہ حکم دیتے ہیں کہ مریض کے سر کو برف کی تھیلیوں سے سرد کیا
جاوے اور برخلاف اس کے پیروں کو گرم رکھا جائے - اسکے ذریعہ سے جس چیز کو

(بقیہ نوٹ صفحہ ۴۷۷) اسقدر سرد جیسا کہ یہاں جاڑوں میں برتن کے اندر معمولی موسم کی سردی سے
پانی سرد ہو جاتا ہے + ملک جرمنی میں جو بمقابلہ یہاں کے سرد ملک ہے اور معمولی پانی بہت سرد ملتا ہے
اور اس کو کم سرد کرنے کے لئے اسمیں کچھ گرم پانی ملانا پڑتا ہے - پانی پھر بھی سرد رکھا جاتا ہے صرف
کم سرد کر لیا جاتا ہے - کیونکہ گرم پانی سے فریکشن سٹز باتھ لینے کی ممانعت ہے بلکہ صرف سرد ہی پانی
میں لینا چاہیئے - صفحات ۱۵۶ تا ۱۶۵ ملاحظہ فرمائیے +

سے کم سرد کر دینے سے مراد ہے - ۱۲ سے کم سرد پانی سے مراد ہے + ۱۲

کہ وہ لوگ رفع کرنا چاہتے ہیں اُسی کو وہ بڑھا دیتے ہیں + میرے لئے یہ بات ہمیشہ ایک راز کی بات رہی ہے کہ برف کی تھیلی کا استعمال سر پر ہمیشہ کیوں کیا جانا چاہیئے + کیونکہ یہ ظاہر ہے کہ جس سے تمام خون اسی جگہ (سر میں) لایا جاسکتا ہے + اور ہر شخص اس امر کو جانتا ہے کہ سر کا کام مادہ فاسد کو خارج کرنے کا نہیں ہے - یہ کام صرف قدرتی آلات اخراج مواد کے ذریعہ سے کیا جاسکتا ہے + پس برف محض سردی ہی نہیں پہونچاتا ہے بلکہ دماغ کو بے حس کر دیتا ہے یعنی ٹھٹھرا دیتا ہے - اِس سردی پہونچانے کے عمل سے جو کمی کہ واقع ہوتی ہے اُس کو جسم خون کی آمد کو زیادہ کرنے کے ذریعہ سے صحیح حرارت جسمانی پیدا کرکے پورا کرنے کی کوشش کرتا ہے + لیکن اس طریقے میں خون کا دماغ کی طرف بہنا قدرتاً حرارت میں ایک قسم کی بیشی پیدا کرے گا + پس باہر کی جانب تو ایک قسم کی حالت بے حسی یعنی ٹھٹھراہٹ رہتی ہے - حالانکہ اندر کی جانب جلا دینے والی گرمی موجود ہے - اب اگر یہ دونوں حالتیں ایک دوسرے کی کمی و بیشی کو جلد ہی پورا کرنے کے قابل نہ ہوجاویں تو موت تیزی کے ساتھ واقع ہو جاوے گی +

ایک اور واقعہ ہے + ایک دن مجھے ایک لیڈی نے بلایا جس کہ بچے پر جنکے اگلے ہی دن زحیرین کا بخار حملہ آور ہوا تھا + حکماء جو کہ پروفیسر تھے اور اپنے پیشہ میں مستند گنے جاتے تھے - جنہوں نے کہ اوسکا علاج کیا تھا + اِس بخار کو جو کہ حالت حاد سے حالت مزمن میں تبدیل ہوگیا تھا آرام نہ کرسکے تھے + آخرش قریب ایک ہفتہ کے علاج کرنے کے بعد دماغ پر اثر پڑا اور مریضہ کو سرسام ہوگیا - پس حکماے معالج کو جو کہ مریضہ کے گرد حاضر رہتے تھے موت کی آمد کا خوف ہوا + جبکہ میں بجواب ایک تار کے اس مریضہ کے علاج کرنے کے لئے پہونچا تو ایسی افسوسناک حالت تھی جس میں کہ مریضہ مجھے ملی + ظاہرا

اول کام یہ تھا کہ پوشیدہ مزمن بخار کو آرام کیا جاوے یہ کام مین جلدی کر سکا + ایک ایک گھنٹے تک کے چند فریکشن سٹز باتھز پیڑو کے اندر کی حرارت فرو کرنے کے لئے اور مریضہ کو صحیح دماغی حالت مین لانے کے لئے کافی ہوئے +

ضرور ہے کہ اس تھوڑے عرصہ مین جسم مادۂ ناقص سے جسنے کہ بخار پیدا کیا تھا پاک نہوا تھا تاہم وہ لیڈی اب خطرہ سے نکل گئی تھی + اوسنے میرے بتلائے ہوئے غسل - اور مجوزہ غذا کا استعمال کچھ عرصہ تک جاری رکھا - اور جیساکہ مجھے اوسکے رشتہ داران ساکنان لیپزگ سے اکثر معلوم کرنے کا موقع ملتا رہا ہے - وہ اُس وقت سے بہت عمدہ حالت تندرستی مین رہی ہے +

بلا تکلیف اور بے خطر زائیدگی کیسے ہو سکتی ہے؟

نیچر کی بادشاہت مین۔ مدام حرکت کرنے والی عظیم دنیا مین۔ جوکہ دائمی اور غیر متبدل آئین کی پابند ہین۔ اُن صحیح حالتون کو جمنین ہر ایک جاندار زندہ رہ سکتا ہے صاف اور صحیح طور سے ظاہر کر دیا گیا ہے +

پہلے ہمکو اُن حالتون پر غور کرنا چاہیئے جنمین کہ وہ جانور جو آدمی کے میل ملاپ سے خراب نہین ہوئے ہین اپنے بچے "جنتے ہین +

اگر ہم ہرنی۔ خرگوش یا بلّی یا اور جانورون کو اونکی آزادی کی حالت مین خیال مین لائین تو ہم کو معلوم ہوتا ہے کہ ایسے جانور کبھی زائیدگی کے وقت کسی امداد کے محتاج نہین ہوتے اور نہ اونکو زائیدگی مین کبھی تکلیف ہوتی ہے اور نہ زیادہ وقت لگتا ہے + ہم ایسا کہین نہین پاتے کہ زائیدگی کا وقت قریب آنے پر یہ جانور کسی قسم کا خوف یا بے چینی ظاہر کرتے ہون + یہ کام جوکہ انسان کے لئے اکثر خطرناک ہوتا ہے جانور اُس کو بلا تکلیف کے کرتے ہین اور اونکی تندرستی مین کسی قسم کا نقص واقع نہین ہوتا +

ہمنے اکثر نہایت غور سے ایسے جانورون کی حالت کا مشاہدہ کیا۔ اور یہ ہمیشہ دیکھا ہے کہ بچہ پیدا ہونے کے بعد ہی فوراً وہ اپنے معمولی کاروبار زندگی مین اس طور سے لگ

جاتے ہین کہ گویا کوئی بات واقع نہین ہوئی - بجز اسکے کہ اپنے بچہ کی بہت ہی زیادہ
خبرگیری کرنے کا اظہار کیا + ہمنے یہ کبھی نہین دیکھا کہ نیچر نے جیساکہ شریر حیوانون
مین دیکھنے مین آتی ہے کبھی اس طریقے سے انحراف کیا ہو + ہمکو ایک واقعہ ایسا نادر گزرا ہوا
یاد ہے - جوکہ دو بچے دے چکی تھی اور جسکے جننے کی حالت مین ایک شکاری شخص ہوا
تھا + وہ فوراً ہی بھاگ گئی - گویا کہ وہ اپنی اصلی جسمانی حالت مین تھی + مگر گولی کا نشانہ
ہوئی + اُس کو دیکھنے سے معلوم ہوا کہ وہ گیا بھن ہے اور اُس کا جسم چیرنے سے بچہ
زندہ جسم سے نکالا گیا + دیگر دو بچے بھی جو پیدا ہو چکے تھے تلاش کرنے سے
مل گئے +

برخلاف اسکے عورتون کی حالت مین آسانی سے زچگی کا ہونا بہت ہی شاذ و نادر
واقعہ ہے + جبکہ ہم روزانہ دیکھتے ہین کہ عورتون کو بچہ جننے مین تکلیف ہوتی ہے - اسقاط حمل
ہوتے ہین - اور دوران حمل مین روزانہ طرح طرح کی خرابیان وقوع مین آتی ہین تو ضرور
ہمکو اس معاملہ پر بہت غور کرنے کی ضرورت ہے + بلا امداد دایہ کے بچہ پیدا ہونا ایک
ایسی بات ہے جو مشکل سے آجکل خیال مین آتی ہے - اور حقیقت مین ولادت بجاے قدرتی
کارروائی ہونے کے زیادہ تر ایک غیرقدرتی اور مصنوعی کارروائی ہو گئی ہے +
علاوہ ازین نقصان دہ نتائج سے بچنے کے لئے عورت کو تھوڑے یا بہت دنون تک
بعد بچہ جننے کے مجبوراً بستر پر رہنا پڑتا ہے +

نیچر کے غیر متغیر قانون سے ان جملہ انحرافات کا کوئی دقیق سبب ضرور ہوگا-
وے ضرور اُن حالتون سے ظہور مین آتے ہین جو قوانین قدرت کے خلاف رواں ہین +
نیچر خود ایسی دقتین پیدا نہین کرتی - اوس کی کارروائی مین تبدل و تغیر نہین +

انسان ہی قدرت کی ترکیب مین جو مقررہ قاعدون کے تابع ہے دخل دیتا ہے -
اور اپنی جہالت سے نیچر کے کام کو بگاڑتا ہے + پس ایسا نہین کہ نیچر اور اوس کے
قانون انسان کی بہبودی کے لئے ناکافی ہوگئے ہون بلکہ انسان ہی اپنے آپ ہمیشہ
عیوب کے نزدیک ہوتا جاتا ہے +

پس یہ کچھ تعجب کی بات نہین ہے کہ قانون قدرت کو نہ ماننے کی سزا نبی نوع
انسان کو دم بدم جسمانی بربادی کے کنارے کے قریب پہونچا دینے مین دیجاتی ہے +
انسان جب سے نیچر کے راستہ سے ہٹنے لگا تب ہی سے وہ رفتہ رفتہ بیمار ہونے لگا
اور مادہ فاسد جسم مین جمع کرنے لگا + انسان نے جلد دریافت کرلیا کہ اوسکے اون
قوانین کو جو قدرت نے تجویز کئے ہین نہ ماننے نے اوسکی آیندہ نسل پر کسقدر اثر ڈالا ہے +
جنت یعنی وہ دنیاوی خوشی جو انسان کو اس امر کے علم سے کہ وہ پورا تندرست ہے
ملتی ہے اور جو (پوری تندرستی) کہ صرف جب ہی حاصل ہو سکتی ہے جب کہ انسان
نیچر کے ساتھ بہت ہی موافقت سے رہے اور اوسکے قوانین کی پابندی کرے - انسان کے
ہاتھ سے جاتی رہی +

تمام بیان جو اوپر کیا گیا ہے اوسکا خلاصہ کرنے سے ہم حسب ذیل معلوم کرتے ہین -
"واقعی تندرست مائین ہمیشہ ایام حمل کو آسانی سے گذرانینگی - زائیدگی ہمیشہ بے خطر
ہوگی اور بچے ہمیشہ تندرست پیدا کرینگی" "لفظ تندرست" یہان اوسی معنی مین سمجھنا چاہئے
جیسا کہ کتاب ہذا مین مذکور ہو چکا ہے - یعنی مادہ فاسد سے جسم کا قطعاً مبرا اور
صاف ہونے کی حالت +

لیکن بچہ صرف اوسی صورت مین واقعی تندرست ہوگا جب کہ اوسکا باپ بالکل مادہ

فاسد سے بری ہو + نیچر ہمیشہ اُس حمل کو جو رحم کے اندر بڑھتا جاتا ہے والدین کے نفیس ترین اجزا سے بنانے کی کوشش کرتی ہے + بہت سے بچون کی حالت مین تو براہ راست وراثتاً مرض کے انکورون کا اونکے جسم مین آنا اس طور سے ہوتا ہے کہ اونکے والدین کے بعض بعض اعضا جو گربھا دان کے وقت مرض کی حالت مین تھے یا فاسد مادہ سے بھرے ہوے تھے بچہ مین نقص کے ساتھ ظاہر ہوتے ہین پس بچہ ایک ناکمل بناوٹ کی حالت مین دنیا مین داخل ہوتا ہے + اب اگر بچہ مین فاسد مادہ موجود ہے جسکا نمونانی زمانہ بوجہ ٹیکہ اور غیر قدرتی غذا کے عملی طور سے ناممکن ہے تو یہ فاسد مادہ ہمیشہ جمع ہونے کے لئے اور اپنا راستہ کرنے کے لئے اُسی طرف کو رجوع ہوگا جہانتک اُس کو سب سے کم رکاوٹ ملے گی + پس یہ ٹھیک ٹھیک اونھین اعضا مین ہے جو بمقابلہ اورون کے کمزور پیدا ہوتے ہین جہان کہ مادہ فاسد کی زیادہ سے زیادہ مقدار جمع ہووے گی + اِس لئے بچہ مین بھی ہم کو وہی مرض ملتا ہے جو کہ اوسکے والدین مین تھا۔ لیکن قدرتی علاج کے ذریعہ سے اور قانون قدرت کی ہوشیاری کے ساتھ پابندی کرنے سے ہم تمام ایسے فاسد مادے کو نکال دینے کے قابل ہوتے ہین اور اس طرح آہستہ آہستہ اُن اعضا کو جو تندرست اعضا کے مقابلہ مین کمزور ہین یا جنمین مادہ فاسد کے جمع ہونے کا زیادہ موقع ہے طاقت پہونچا سکتے ہین اور تندرست رکھ سکتے ہین + اِس طریق سے ایک زیادہ تندرست اور زیادہ جفاکش قوم کسی زمانہ مین پیدا کرنا ممکن ہے +

بسا اوقات یہ دیکھنے مین آیا ہے کہ جہان والدین مین بہت سا مادہ فاسد موجود ہے تو بچے بھی اُسی حالت مین دنیا مین آتے ہین + اونکے "پھلون سے تم اونکو جانو گے" ؎

؎ یعنی بچون مین بھی پیدائش کے وقت اونھین جگہون مین اور مناسبت کے ساتھ اُسی مقدار مین مادہ فاسد موجود ہوتا ہے جیسا کہ اونکے والدین مین +

اس موقع پر سچائی کے ساتھ کہا جا سکتا ہے + چونکہ برخلاف قدرت طرزِ معاشرت کے
نافذ کرنے کا یہ نتیجہ ہوا ہے کہ انسان کی قوم نسلاً بعد نسلٍ زیادہ تنزل کرتی جاتی ہے
لیکن اور بھی اسباب ہین جو کہ تندرستی کو سخت نقصان پہونچاتے ہین +

ہم نیچر مین کہین اور کبھی نہین دیکھتے کہ بچہ جننے کی وجہ سے کوئی جانور بھدا
یا بدشکل بھی ہوگیا ہو۔ لیکن انسان مین یہ بات کیسی مختلف ہے + یہ قریب قریب ایک
قاعدہ ہوگیا ہے کہ ہر عورت صرف اول ہی بچہ جننے کے بعد زیادہ عمر کی معلوم ہونے لگتی ہے
یا اوسکی شکل بدل جاتی ہے مثلاً پیٹ کے بہت بے موقع بڑھ جانے سے +
اسکا الزام ہمیشہ حاملہ پن پر۔ زائیدگی پر۔ اور بچہ کو دودھ پلانے پر لگایا جاتا ہے +
ہر ایک مرتبہ بچہ جننے کے بعد زیادہ تر عورتون کی خوبصورتی مین دمبدم کمی آتی جاتی ہے
باوجودیکہ وہ بلحاظ اپنے کاروبار غذا کے بالکل صحت آور طریقون مین رہتی ہین +

مین اس موقع پر فوراً اسکا صرف ایک خاص سبب ظاہر کرونگا + ہم قدرت مین کہین
نہین دیکھتے کہ سوائے انسان کے۔ بعد حاملہ ہو جانے کے۔ کوئی مادہ مجامعت کی طرف
رغبت کرتی ہو۔ برخلاف اسکے وہ قطعی ایسا کرنے کی اجازت نہین دیتی + یہ بالکل قانون
قدرت کے مطابق ہے +

مجامعت اس غرض سے ہے کہ عورت حاملہ ہو جائے نہ صرف نفسانی خوشی کے لئے +
حالت مجامعت مین ہمیشہ خون کا دوران آلات تناسل کی طرف زیادہ ہوا کرتا ہے اور
اگر عورت حاملہ ہوگئی ہے تو وہ دوران ہمیشہ رحم کے اندر ادھ بنے بچے کے نشو و نما پر
مضر اثر ڈالتا ہے + خود عورت کو بھی خاصکر نقصان ہوتا ہے کیونکہ قدرت ہمیشہ
رحم کو ایسی چیزون سے صاف رکھنے کی کوشش کرتی ہے جو رحم کے اندر کے بچے

کے واسطے مضر ہون + قدرت کے اس قانون کی حکم عدولی کا اثر عورتون پر یہ ہوتا ہے، کہ اونکی جسمانی اصلی طاقت جلد گھٹنے لگتی ہے اور سیکڑون قسم کے تکلیف دہ امراض مخصوص بہ مستورات پیدا ہوجاتے ہین +

ایام حمل کی تکلیف دہ شکایتین اکثر نیچر کے قوانین کے خلاف اس طریق مین عمل کرنے سے صریحًا ہوا کرتی ہین + پس ہمکو صبح کی قے ۔ متلی ۔ درد دندان ۔ رنگ کا تبدیل ہوجانا ۔ حرارت اور سردی یکے باد دیگرے ۔ غم اور رونے کی طرف میلانِ طبیعت اعصاب مین بڑی بے چینی ۔ معمولی غذا سے نفرت اور غیر معمولی بھوک معلوم ہوتی ہے + بعض حالتون مین ممکن ہے کہ یہ شکایتین موروثی فاسد مادّہ کی وجہ سے ہون + تجربہ سے معلوم ہوتا ہے کہ ہر عورت کی صحیح ذاتی عقل اوسکے ایک دفعہ حاملہ ہوجانے کے بعد اوس کو مکرر مجامعت کرنے سے روکتی ہے + یہ ہمارے آجکل کے رواج اور مردون مین غیر معمولی خواہشِ نفسانی ہی ہین جو کہ جسم کے فاسد مادّہ سے پُر ہونے کے باعث پیدا ہوتی ہین جنکی وجہ سے کہ یہ خلافِ قدرت طریقہ جاری ہے +

یہ بات بہت پُرانی ہے اور کسان لوگ اس کو خوب جانتے ہین کہ جب کبھی مویشیون مین خلافِ قدرت خواہش نفسانی کے بڑھنے کا ظہور ہوتا ہے تو وہ ضرور اس بات کی علامت ہے کہ اونمین کوئی بیماری پیدا ہوگئی ہے + اور یہ ہی حالت انسان کی ہی جیسا کہ ہر شخص اپنے آپ کو دیکھ کر جان سکتا ہے + ہمکو اس موقعہ پر اس اعتدال سے بڑھی ہوئی شہوت کا جو کہ مریضان سل کو ہوا کرتی ہے صرف ذکر کردینا ہی ضروری ہے +

تندرست آدمیون مین جو خواہشِ نفسانی ہوتی ہے وہ اُس بے قابو و بے لگام شہوت سے بالکل مختلف ہوتی ہے جو فی زمانہ اکثر ہمارے دیکھنے مین آتی ہے + تمام عشقی خیالات سے پاک

غیر قدرتی خواہش سے مبرا - خواہش نفسانی انسان مین بھی صرف واسطے قایم رکھنے اپنی
نسل کے موجود ہے + یہ خواہش کبھی ایسی ضرورت کی حد تک نہین پہونچنی چاہیئے جو کہ اگر
کچھ عرصہ تک پوری نہو تو باعث بے چینی ہو جاوے + صرف وہی آدمی اس حالت کا مواخذہ
کر سکتا ہے جو کہ تندرست ہے اور اپنے جسم کو بذریعہ غیر محرک اور قدرتی خوراک کے پاک[1]
رکھتا ہے + پس وہ شخص جو کہ اپنی مرضی کو قدرت کے خلاف نہین چلانا چاہتا ہے - وہ شخص
جو اپنے جسم پر قابو رکھنا چاہتا ہے تاکہ اوسکی خواہش نفسانی مناسب حدود کے اندر رہے
تاکہ وہ بات جو دیگر حالتون مین بہت تکلیف دہ ہوتی اوسکے لئے نفع بخشے - تو ایسے شخص کو
چاہیئے کہ پھر نیچر کی طرف رجوع ہو + اگر وہ ان قواعد تندرستی پر عمل کرے جو ہم نے
بتلائے ہین اور اس طرح سے اپنے جسم کو فاسد مادہ سے پاک کردے تو وہ اس شئے کو
حاصل کرے گا جو اوس کو سکھی اور سلنتشٹ (قانع) بنا دے گی +

اس زمانہ مین ہم خلاف قدرت قسم قسم کی زائیدگیان دیکھتے ہین - اول تو اسقاط حمل
اور ولادت قبل از وقت نظر آتی ہین - کہین اولٹی طرف سے بچہ پیدا ہوتا ہے - کہین
بچہ پہلو کے بل اندام نہانی تک پہونچتا ہے - کہین ہمکو غیر معمولی بڑے سر والے
بچے نظر آتے ہین حالانکہ اونکی زائیدگی کا رستہ اسقدر تنگ ہوتا ہے کہ اون کی
زائیدگی بلا مصنوعی[2] امداد کے ناممکن ہوتی ہے + بعض حالتون مین دردزہ کی حرکت
ضرورت سے زیادہ کمزور ہوتی ہے - غرضکہ بہت سے ایسے خلاف قدرت وقوعے
عماور ہوتے ہین جو کہ سب اس طور سے سمجھائے جا سکتے ہین کہ وے مان مین کسی نہ کسی قسم کے فاسد مادہ کے

---

[1] یعنی مادہ فاسد سے پاک رکھتا ہے +

[2] باہر سے دوسرے کی مدد سے مثلاً راستہ کشادہ کرکے یا عمل جراحی کرکے + ۱۲

جمع ہونے اور بچے مین موروثی مادہ فاسد کے آجانے کی وجہ سے ہوتے ہین +

رحم مین بچہ کے بے موقع ہو جانے کا یہ سبب ہوتا ہے کہ یا تو مان مین فاسد مادہ کا اجتماع ہوتا ہے یا وہ ایام حمل مین خصوصًا اول کے نصف زمانہ حمل مین کوئی نامناسب کام یا شغل کرتی یا رکھتی ہے + مادہ فاسد کے اجتماع یا کسی نامناسب شغل سے بچہ اپنی جگہ سے محض آگے کو ہٹا دیا جاتا ہے جسکی وجہ سے پیٹ بڑھ جاتا ہے اور تن جاتا ہے +

جب عورت کا بچہ پیدا ہونے کا راستہ فاسد مادہ کے اجتماع سے تنگ ہو جاتا ہے تو یقینی زائیدگی مین مشکل ہوگی + بچہ بھی خود مادہ فاسد سے ایسا بھرا ہوا ہو سکتا ہے (فرض کر کے کہ والدین بھی ایسی ہی حالت مین تھے) کہ پیدایش کے وقت وہ قدو قامت[1] مین معمول سے زیادہ ہو خصوصًا بلحاظ قدامت سر کے + یہ بھی قدرتًا زائیدگی مین تکلیف دہ ہوتا ہے + بچہ پیدا ہونے کے راستہ مین فاسد مادہ کا جب اجتماع ہوتا ہے تو گویا تمام پٹھون - نسون اور رگون مین اسقدر فاسد مادہ گھس جاتا ہے کہ وہ ورم کی ہوئین معلوم ہوتی ہین اور اونکا لچکیلا پن بہت کم ہو جاتا ہے + برعکس اس کے آسان اور بلا تکلیف زائیدگی کے لئے یہ لازمی ہے کہ تمام جسم بلفظ تندرستی کے صحیح معنی مین کامل تندرستی کی حالت مین ہو +

ہر پٹھا جسمین کہ مادہ فاسد موجود ہے اپنے فعل طبعی کی قابلیت مین بہت ہی نقصان اوٹھاتا ہے - اور جیسے کہ درد زہ کی حالت مین اگر یہ اینٹھکر سکڑے اور ان سے کام بمقابلہ اس قدر کام کے جسقدر کہ اسکی مادہ سے بھری ہوئی حالت

---

[1] یعنی اونچی وہ قوت جسکی وجہ سے کہ وے زور پڑنے سے بڑھ جاتی ہین اور زور کم ہونے سے پھر سکڑ کر اصلی حالت پر آجاتی ہین - جیسے کہ ربڑ کھینچنے سے بڑھ جاتی ہے اور چھوڑنے سے پھر اصلی حالت پر پہنچ جاتی ہے +

اسکو کرنے کی اجازت دیوے زیادہ لیا جاوے تو درد زیادہ پیدا ہوگا + اس طورسے
سخت تکلیف بچہ جننے کے وقت ہمیشہ مادہ فاسد یا ہمارے معنی مین مرض کے موجود ہونے
کی وجہ سے ہوتی ہے + الجھیڑیؔ کا بعد زائیدگی اندر لگا رہنا بھی اسی کے
سبب سے ہوا کرتا ہے + اس بات کا کہ تمام عورتین جن مین مادہ فاسد کا بار موجود ہے
زائیدگی سے نہایت ہی خوف کھاتی ہین ہم کیا تعجب کرسکتے ہین + مگر یہ خوف انکا
کسی طور سے قدرتی نہین ہے + بلکہ صرف مادہ فاسد کی موجودگی کا نتیجہ ہے + واقعی تندرست
عورت اس سبب جننی کی حالت سے ناواقف ہے - فکر یعنی چلتا ہماری عقل طبعی کا
آواز ہے - جو (آواز) اگرچہ اکثر دبی ہوئی رہے - تاہم ایسے نازک موقعون پر
جیساکہ زائیدگی کا وقت - ہمکو صاف بتلاتی ہے کہ ہمنے اپنے جسم اور تندرستی کا جو
نیچر نے ہمکو عطا کئے ہین بیجا استعمال کیا ہے + مگر فی زمانہ وہ کون شخص ہے جو کہ
اس آوازہ کے معنی کو صحیح طور سے سمجھا سکتا ہو +

اگر کوئی شخص اب بھی اعتراض کرے اور کہے کہ باوجود ان سب باتون کے بہت سے
موقعے بیشک ایسے ہین کہ جہان عمل جراحی یا ہاتھ لگانا زائیدگی مین لازمی ہے تو اُسکو
واقعہ مندرجہ ذیل کا مطالعہ کرنا چاہیئے +

ایک عورت ۳۴ سالہ جوکہ دوسری بار بچہ جننے کو تھی دو رات اور دو دن دردزہ
مین کاٹ چکی تھی مگر تو بھی بچہ نے رحم مین حرکت نہ کی + دایہ کی رائے تھی کہ ڈاکٹری
امداد کی ضرورت ہے ورنہ بچہ پیدا ہونا غیر ممکن ہے + ایک نہایت ہی

لہ وہ شے ہے جس سے بچہ رحم سے لگا رہتا ہے اور بعد پیدائش بچہ کے یہ رحم سے نکل جاتی ہے مگر
حالت مرض مین دیر تک باہر نہین نکلتی + ۱۲

ہوشیار ڈاکٹر جو کہ عورتون کو بچہ جنانے مین بہت مشہور تھا بلایا گیا + چار گھنٹہ تک اوس نے طرح طرح کے آلات کا استعمال کیا اور آخرش اوس نے یہ فیصلہ کیا کہ بچہ کے ٹھیک جگہ مین نہ ہونے کی وجہ سے اوسکا پیدا ہونا بلا اوسکی مان کو خطرے مین ڈالنے کے غیر ممکن تھا + بیچاری عورت کہنے لگی کہ بعد ان تکلیفات کے جو زائیدگی مین اس امداد کی وجہ سے مجھے سہنا ہونگی مین مرنا پسند کرونگی + بلا کچھ کئے ہوئے حکیم یہ کہکر کہ چونکہ بچہ باہر نہین نکل سکا عورت مرجاوے گی رخصت ہوا + لیکن قدرت نے تجویز خلاف اس ڈاکٹر دایہ گر کے کی تھی + بعد ۲۴ گھنٹے متواتر درد زہ ہونے کے بچہ بغیر کسی عمل جراحی کے محض دایہ کی امداد سے ہی پیدا ہوگیا + یہان کس نے زیادہ کام کیا اوس مشہور ڈاکٹر نے یا کہ سیدھی سادھی نیچر نے ؟ لیکن غیر قدرتی اعمال جراحی بغیر اپنے خراب نتائج پیدا کئے ہوئے نہ رہے ۔ اس عورت کو بعد بچہ پیدا ہونے کے نو ہفتے تک بیمار رہنا پڑا اور اوسکی زندگی کی بھی امید نہ رہی تھی + اوزارون کے استعمال نے اوسکو قریبًا لنگڑا کردیا تھا اور یہ صرف اوسکا مضبوط جسم ہی تھا جس نے کہ آخرش اس کو آرام کردیا +

مین تسلیم کرتا ہون کہ بنی نوع انسان کے عمومًا مدت دراز سے تنزل کر جانے کی وجہ سے زائیدگی کے وقت ایسی پیچیدگیان واقع ہوجاوین کہ جن کو نہ تو ڈاکٹر نہ دایہ رفع کرسکے + تجربہ سے مینے یہ رائے قایم کی ہے کہ ایسے موقعون پر سب سے بہتر یہ ہے کہ سب باتون کو چپ چاپ ہوکر نیچر پر چھوڑدیا جاوے ۔ کوئی دوسرا اس سے بہتر امداد نہین کرسکتا + درد زہ کے عمل کی سستی[1] کو امداد پہونچانے کے لئے مجھے **فریکشن سٹز باتھ** سے

[1] مطلب یہ معلوم ہوتا ہے کہ جب درد زہ کے باعث اعضا اپنا فعل طبعی ٹھیک نہین کرسکتے اور بچہ خود پیدا نہین ہوتا یعنی اعضا مین کافی قوت بچہ کے پیدا کرنے کی نہین رہتی تو اونکو اس فعل پر پھر رجوع کرنیوالا کوئی دوسرا ایسا طریقہ نہین ہے جیسا کہ فریکشن سٹز باتھ + ۱۲

بڑھکر کوئی اور عمدہ ذریعہ معلوم نہین۔ شکم کے گرد مٹی کی پیٹیون کا (دیکھو صفحہ ۱۶۴) باندھنا بھی نہایت تسکین دہ اور علاج کرنے والا طریقہ ہے + تر پنڈول یا چکنی مٹی ایک سن کے کپڑے پر پھیلائی جاوے۔ مگر بہت پتلی تہ مٹی کی نہو۔ اور مٹی کی جانب سے اوس کو شکم پر لگا دیا جاے اور اوسکے اوپر ایک اونی کپڑا باندھ دیا جاسے + اور پنڈول ہر گھنٹے یا دو گھنٹے مین تبدیل کردین +

پیدایش کے وقت طریقہ عمل جراحی جلد اختیار کرنے کی وجہ سے ہزار ہا عورتین قبل از وقت قبر مین داخل ہوتی ہین + کسقدر خوشی بہت سی مصیبت زدہ ماؤن کو ہوگی اور کس قدر مصیبت سے بہت سے گھر بچ جاوینگے اگر بجاے مرد دایہ کے جس کو عمل جراحی کا خبط ہوا کرتا ہے۔ ہر ایک چیز ہماری مادر مہربان نیچر کے ہاتھ مین چھوڑ دی جاوے +

اگر عورت اس حالت مین پہونچے کہ جہان زایید گی بلا استعمال اوزارات کے غیر ممکن ہے تو اس مین ہمیشہ عورت کا ہی قصور ہے + اوسکے پاس کافی عرصہ سے ایسے وسایل موجود تھے کہ جنسے وہ آسانی کے ساتھ بچہ جننے کے لئے طیار ہوسکے + کیونکہ اُس کو جلد معلوم ہوگیا ہوگا کہ وہ حاملہ تھی + اُسکو واقعی جاننا بھی چاہیئے کہ ان عطا کئے ہوئے وسایل کا استعمال کیونکر کرین اور اونکا سب سے عمدہ استعمال صحیح وقت پر کیونکر کیا جاے + ہر شخص جو میرے طریقۂ علاج سے واقف ہے وہ اس امر کو سمجھتا ہے کہ آسانی سے بچہ جننے کے لئے کیا کرنا چاہیئے۔ گزشتہ چند سالون مین اور بہت سے واقعے پیش آئے ہین جو کہ میری تعلیم کو اور بھی مضبوط کرتے ہین +

ان مین سے کبھی ایک دفعہ بھی ایسا نہین ہوا کہ میرے فریکشن سٹز باتھ اور تجویز کی ہوئی غذا نے اپنے عمل مین ناکامیابی پائی ہو + ہر جگہ جہان کمین کہ میرے طریقے سے

ٹھیک وقت پر کام لیا گیا ہے زائیدگیاں تعجب خیز آسانی کے ساتھ اوسکی وجہ سے
ہوئی ہین۔

اُن خطوط شکریہ مین جو میرے پاس آئے ہین ہر جگہ میرے [illegible]
پُر تاثیر ہونا کامل طور سے تسلیم کیا گیا ہے + بہرکیف یہ بات معلوم ہوئی ہے [illegible] کہ
تکلیف دہ زائیدگی کو روکنے کا مناسب وقت ہین بندوبست کرنا زیادہ آسان ہے بمقابلہ
اسکے کہ عین وقت زائیدگی مین امداد حاصل کیجائے۔ زائیدگی کے وقت کی مصنوعی امداد
کی ضرورتون کا دمبدم ترقی کرنا اس امر کو بہت صاف اور سچے طور سے بتلا رہا ہے کہ مرض
مزمن واقعی استحکام کے ساتھ پہیل رہا ہے +

وہ لوگ جو بے خطر زائیدگیان اور تندرست بچون کی آرزو رکھتے ہین اون کو چاہیے
کہ سب باتون سے اول یہ بات دیکھین کہ خود اونکا ہی جسم بوقت مجامعت مادہ فاسد سے
بری ہے یعنی تندرست ہے + اور کوئی شخص خود جب ہی تندرست ہو سکتا ہے جب کہ
اوسکے جسم سے (پیشتر کا) تمام مادہ فاسد خارج کر دیا گیا ہے اور آیندہ کے لئے اوسکا
جمع ہونا اُن قواعد پر چلکر جنکا ذکر کتاب ہذا مین کیا گیا ہے روک دیا گیا ہے +

میرے زیر علاج ایک عورت رہی تھی جو کہ عرصہ سے مرض وجع مفاصل (گٹھیا) مین
مبتلا تھی + اسکے جسم مین۔ خاصکر پیڑو مین بار مادۂ فاسد کا بہت تھا + اُس کے پانچ بچے
پیدا ہو چکے تھے اور ہر زائیدگی بہت ہی تکلیف کے ساتھ ہوئی تھی + بچہ پیدا ہونے مین
دو دن سے تین دن تک لگ جاتے تھے ۔ دردہائے زہ کا عمل اسکے لئے یعنی بچہ
پیدا کرنے کے لئے ناکافی ہوتا تھا + پس ہر دفعہ اُس عورت کو بہت ہی سخت درد
اُس وقت تک سہنا پڑتا تھا جب تک کہ مرد دایہ اپنے زنبور کی مدد سے بچہ پیدا

سکتا تھا + چھٹی بار اپنے ایام حمل مین اُس عورت نے میری صلاح پر عمل کیا اور دو تین فرکشن سٹز باتھز روزانہ لئے + نتیجہ یہ ہوا کہ چھٹی بار کی زائید گی جو کہ دیگر حالت مین سب سے زیادہ مشکلات کے ساتھ ہوتی سب زائیدگیون سے زیادہ آسانی کے ساتھ ہوئی + زائیدگی مین مشکل سے ایک گھنٹہ لگا ہوگا - درد ہاے زہ ابتداسے معقول سلسلے مین ہوے اور ایسے ہوے کہ نہونے کی برابر تھے +

(آئیندہ رپورٹ ہاے شفایابی حصہ چہارم مین ملاحظہ فرماتے)

وہ عورت بھی اس کامیابی کو خیال مین نہ لاسکتی تھی + قبل زائیدگی کے جب مین نے اس سے کہا تھا کہ ایسا ایسا نتیجہ ہوگا تو اوسنے طنزاً یون کہا تھا کہ آپ بغیر درد کی زائیدگیان ایجاد نکر سکین گے + بعد کو اوسنے مجھہ سے افسوس ظاہر کیا کہ اوسکی عمر ایسی نہ رہی تھی کہ آئیندہ وہ ایک بار اور حاملہ ہونے کی امید کر سکے + اور اسوقت جبکہ وہ بلا تکلیف بچہ جننا جان گئی تو اوس کو اور زیادہ بچے پیدا کرنے کی آرزو ہوتی + اوس کو اور بھی زیادہ حیرت ہوئی جبکہ اس مرتبہ وہ بچہ کو اپنا دودہ پلاسکی - اس خوشی کو اوسنے کبھی پیشتر حاصل نہ کیا تھا +

اور ان سب باتون کا درحقیقت سبب بھی قدرتی ہی تھا - اُس عورت نے جسوقت سے کہ میرے طریق علاج کا ذکر سُنا تھا اُسی وقت سے نیچر کے مطابق زندگی بسر کرتی تھی اور میرے مجوزہ غسل باقاعدہ لیتے تھے + اوسکا جسم جو کہ پیشتر مادہ فاسدسے بہت بھرا ہوا تھا اونکی وجہ سے مادہ فاسد سے کسی قدر اچھے طور سے صاف ہوگیا + دماغی اور جسمانی قابلیت مین ترقی اس سے صریحاً نظر آنے لگی +

ایک دوسری عورت نے بھی جس نے کہ میری صلاح سے دوران حمل مین تیسرے

طریق علاج پر عمل کیا تھا۔ ایسے ہی عمدہ اور خوش نتائج حاصل کئے تھے + سات ماہ تک علاج کرنے کے بعد بچہ پیدا ہوا اور زائیدگی مین بھی واقعی تکلیف نہین ہوتی۔ صرف آدھ گھنٹہ اوسمین لگا اور کوئی دایہ بھی موجود نہ تھی +

ایک اسی قسم کا قابل اطمینان واقعہ ایک اور لیڈی کی حالت مین ہوا جس نے کہ ایسا ہو سے پر مجھے مندرجہ ذیل خط شکریہ ماہ ستمبر ۱۹۰۸ء مین تحریر کیا تھا۔

میری عمر ۲۴ سال کی ہے اور پندرہ سال کی عمر سے مین خرابی مثانہ اور گردون مین مبتلا رہی تھی + اس شہر کے ٹی انسٹیٹیوٹ[1] مین ابتدائً آٹھ ہفتے تک رہی تھی۔ نتیجہ صرف یہ ہوا تھا کہ میری سوزش مثانہ اس عرصہ مین اور بھی زیادہ ناقابل برداشت ہوگئی تھی صرف لیٹی ہی رہ سکتی تھی۔ کیونکہ کھڑا ہونا یا چلنا بوجہ بہت ہی سخت درد کے ناممکن تھا +

یہ حالت چار ہفتے تک رہی تھی۔ پس مین ایل[2] محلہ مین جو کمزور مریضون کو رکھ کر علاج کرنے کی جگہ ہے وہان گئی جہان کہ معقول عرصہ تک قیام کرنے کے بعد میرے تکلیف دہ عارضہ کو چندے سکون ہوا۔ مگر چونکہ کسی نے کبھی میرے مرض کی جڑ کا علاج نہین کیا تھا میرا مرض ایک سال کے اندر ہی زیادہ قوت کے ساتھ عود کر آیا + اس وقت مین شہر چیمنٹز مین قیام کر رہی تھی اور پس وہان کے ہی شفاخانہ کو مجھے جانا پڑا۔ جس مین کہ مین نے زائد از تین ماہ قیام کیا + بغیر کامیابی حاصل کئے ہوئے

---

[1] اس انسٹیٹیوٹ کے نام کا اول حرف ٹی (ٹ) تحریر کر دیا گیا ہے۔ پورا نام ظاہر نہین کیا گیا ہے +

[2] محلہ کے نام کا اول حرف لکھ دیا گیا ہے یعنی ایل (لام) نام پورا ظاہر نہین کیا گیا ہے + ۱۲

میرا علاج سیلی سیلک ایسڈ[۱] اور لیونر کاسٹک[۲]۔ گدیان اور بجلی[۳] کے ذریعہ سے ہوا + بس میں اپریل ۱۸۸۹ء میں شہر لبزگ کو گئی اور پھر وہان مجھے شفاخانہ جانا پڑا + یہان چار ہفتے تک میرا علاج رحم کے کسی مرض کا کیا گیا۔ اس میں بھی کوئی کامیابی نہ ہوئی + اکثر میں یہ بھی نہیں سمجھ سکتی تھی کہ شفاخانہ سے اپنے گھر تک کیسے جا سکونگی۔ کیونکہ درد بہت ہی زیادہ تھا +

شفاخانہ میں کوئی صورت آرام نہ دیکھکر مینے شفاخانہ چھوڑ دیا۔ اور چار سال تک ڈاکٹر ایچ[۴] ساکن شہر لبزگ کے ہاتھوں سے شفا پانے کی جستجو کرتی رہی۔ اُنھون نے میری سوزش مثانہ اور سوزش رحم کو اچھا کر دیا اور تین سال متواتر مجھے **فرین زینس باد**[۵] کو بھیجا۔ یہان مین نے **کینچڑ اور چیری بیٹ** سے غسل کئے اور پانی بھی پیتے۔ لیکن ان سے کوئی مستقل افاقہ نہ ہوا + فرین زینس باد کے آخری مرتبہ قیام کی حالت میں میرے معالج نے اس جگہ (لبزگ) بھیجا کیونکہ اوسکی رائے میں عمل جراحی کی بڑی ضرورت تھی +

ڈاکٹر ایل ساکن شہر لبزگ نے میرے او پر آپریشن (عمل جراحی) کیا اور سر دست میری حالت قابل برداشت ہو گئی + تاہم میری پرانی بیماری مجھے ہمیشہ موجود ہی معلوم دیتی تھی۔ اور مجھے صاف طور سے یہ بات معلوم ہوتی تھی کہ عمل جراحی کے ذریعہ سے میرا مرض کس طور سے دبا دیا گیا ہے۔ لیکن جسم سے جڑ سے نہیں نکالا گیا ہے + وقتاً فوقتاً

---

[۱] ایک قسم کا تیزاب ہے۔ [۲] ایک قسم کا چاندی کا تیزاب ہے۔ [۳] یعنی بجلی کی کل سے جیسا کہ اکثر دیکھنے کا اتفاق پڑا ہوگا جس سے کہ ڈاکٹر لوگ بعض قسم کے درد کا اور اعصابی خرابیون کا علاج کرتے ہین + [۴] ڈاکٹر صاحب کے نام سے شروع کا حرف لکھدیا گیا ہے پورا نام نہیں ظاہر کیا گیا ہے + [۵] ایک مقام کا نام ہے +

مجھے گدیاں اور مثل اوسی کے وسایل کا استعمال بغرض حصول آرام کرنا پڑا - آخرکار میں پھر ڈاکٹری امداد حاصل کرنے پر مجبور ہوئی + شہر لنگ کے ڈاکٹر زوڈ کے پاس میں گئی لیکن ایک سال کے علاج کے بعد بھی آرام معلوم نہوا + آخرش ڈاکٹر زوڈ نے کہا کہ میرا مرض فلوٹنگ کڈنی[1] (متحرک گردہ) کا مرض ہے - اور یہ کہ اب اور زیادہ کوئی بات کرنے کو باقی نہیں رہی لیکن اُنھوں نے کہا کہ بہرصورت مجھے اُس شہر کے رہنے والے پروفیسر الیس سے مشورہ لینا چاہئے - اس جنٹلمین نے پورے ایک ہفتے تک میرا امتحان کیا اور اوسکے بعد یہ کہدیا کہ آیندہ کوئی امداد کرنا ممکن نہیں اور مجھے رخصت کیا +

اس طور سے ناامید ہوکر دو سال گزرے کہ ماہ جولائی میں - میں آپکی زیر نگرانی آئی + علاج کے شروع کے ہی ایام مجھے اُن ناقابل برداشت دردسے نجات بخشنے کیلئے کافی ہوئے اور میں چار ہفتہ میں پھر کام کرنے لگی + آپکے طریق علاج سے میں اپنی تندرستی اور قوت اسوقت تک قائم رکھ سکی ہوں علاج کے اول ہی سال کے درمیان میری جسمانی حالت ایسی تازہ اور مضبوط معلوم ہونے لگی کہ باوجود اسکے کہ ہر چہار طرف سے مجھے باز رکھا گیا اور حکما کی رائے تھی کہ میں عمل زائیدگی سے باامن نہ گزر سکونگی میں نے اپنی شادی کر لی + آپکے مشورہ اور خود میرے تجربہ نے مجھے (۱۶ سے) بہتر تعلیم دی اور ہر ایک بات اسی طور سے واقع ہوئی جیسا کہ آپنے پیشتر سے کہدیا تھا + میں نے شادی کی اور آپکی ہدایات پر اپنے ایام حمل میں من وعن عمل کیا - اور سب لوگوں کو حیرت میں ڈالنے والی بڑی آسان اور بے خطر زائیدگی بغیر امداد دایہ عمل میں آئی + یہ کل باتیں مجھے آپکے ہی سیدھے سادے طریق علاج کی بدولت میسر ہوئیں"

پیزنگ (اسمنڈ) یو پی

---

[1] اکثر ایک اور داہنا گردہ بلا سبب ظاہری متحرک ہوجاتا ہے جسکے باعث کمر پر دھیما درد جو دبانے اور ہلانے سے زیادہ اور پٹی لپیٹنے سے کم ہوجایا کرتا ہے + ۱۲

ولادت کے بعد کا انتظام

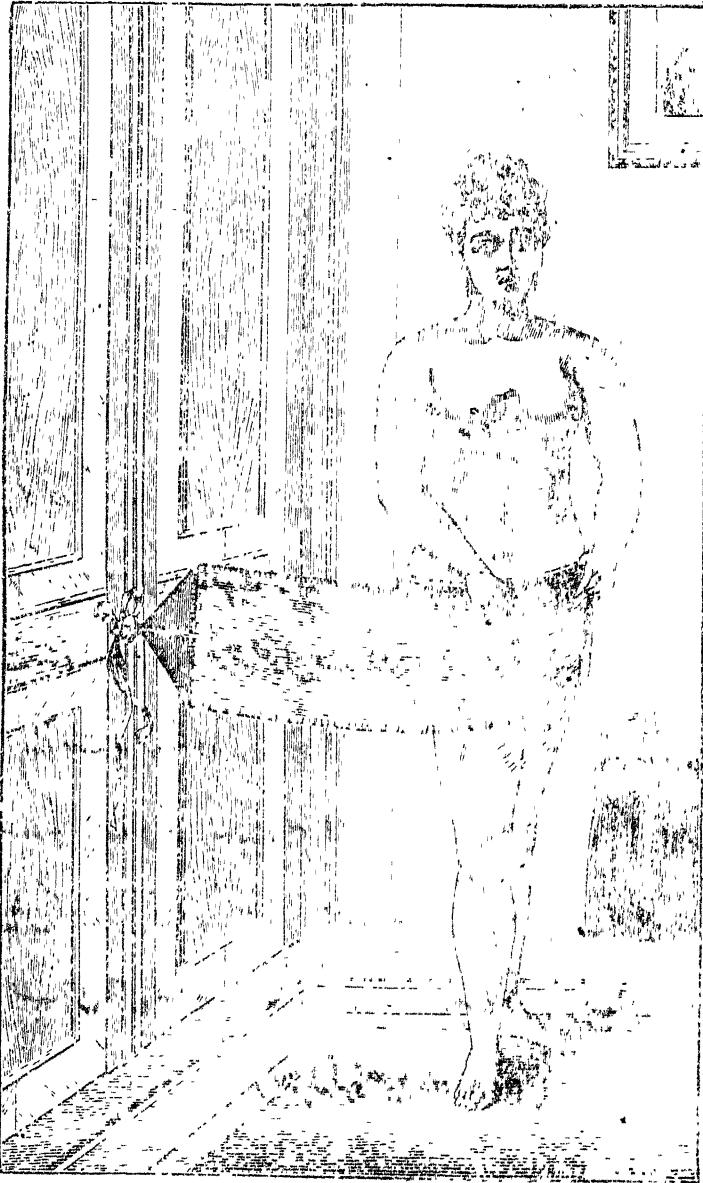
واقعی تندرست عورت کو نسبت اس بات کے کہ بعدِ ولادت اُسکو کیا انتظام کرنا چاہیئے کسی مشورے کی بھی کوئی ضرورت نہین ہے + صرف جانور ہی نہین بلکہ اکثر غیرمہذب قومون مین بھی عورتین فوراً بعد ولادت کے اوٹھ کر اپنے معمولی کاروبار مین مصروف ہو جانیکے لایق ہو جاتی ہین + لیکن یہ بہت کم دیکھنے مین آتا ہے کہ مہذب قومون کی عورتین ایسا کر سکین برخلاف اسکے یہ ایک رواج ہو گیا ہے کہ بعد ولادت کے اونکو بہت عرصہ تک بستر پر رکھا جاتا ہے + پہلے نو دن معمولی ایام[1] تھے اب اکثر اطبا بارہ روز بتلاتے ہین + ایسا کیا جانے کی وجہ اسقدر والدہ کی کمزوری نہین ہے جتنا کہ وہ غیر معمولی آہستگی جس سے کہ اعضاے تناسل اپنی اصلی حالت پر آتے ہین + لیکن یہ زیادہ عرصہ تک بستر پر پڑا رہنا بہت طریقون سے بلاشبہ بہت مضر صحت ہے + کیونکہ جسم کے کام نکرنے سے ہاضمہ مین خرابی آجاتی ہے اس وجہ سے غذا کے جزو بدن ہونے کی کاروائی مین کمزوری ہو جاتی ہے - یہ بات سخت قبض کے ہو جانے سے جو ایسے وقت مین قریب قریب ہمیشہ واقع ہوتا ہے پایہ ثبوت کو پہونچتی ہے + اسی کے ساتھ قبل اسکے کہ اعضاے تناسل اپنی اصلی حالت پر آجاتین بستر کو چھوڑنا بھی مضر ہے جس سے کہ پیٹ بہت بڑھ جاتا ہے جیسا کہ اکثر اُن عورتون مین دیکھنے مین آتا ہے کہ جنکے کئی کئی بچے ہو چکے ہین +

[1] یعنی بستر پر رہنے کے ایام مقررہ +

مین نے اس بات پر بہت غور کیا کہ وہ کونسا سب سے بہتر طریقہ ہے جس سے یہ برائی بغیر عورت کے اتنے زیادہ دنون تک پلنگ پر رکھنے کے رفع ہو جاوے - اور مین نے ایک نہایت ہی سادہ طریقہ دریافت کیا ہے اور وہ ایسا ہے جسمین کہ غیر معمولی کامیابی حاصل ہوئی ہے +

عورت کو چاہیئے کہ بچہ جننے کے بعد اتنی دیر تک جتنا کہ اوسکو ضروری معلوم ہو فوراً آرام لیوے - اور اگر وہ تھوڑی سی نیند لے سکے تو بہت ہی مفید ہوگا + اوسکے بعد چاہیئے کہ خوب اچھی طرح اپنے تئین دہووے جو فریکشن سٹز باتھ لیکر سب سے عمدہ طریقے مین کیا جا سکتا ہے + پانی کی حرارت قریب ۳۰ سے لیکر ۷۷ درجہ فہرن ہائٹ تک ہونی چاہیئے - اور بیٹھنے کی جگہ کے اوپر ایک انچ سے لیکر تین انچ تک پانی رکھا جاوے (صفحہ ۱۵۰ لغایت ۱۶۰ دیکھو) بعد غسل کے ایک پٹی پیٹ کے گرد خوب مضبوط باندھنی چاہیئے + اور وہ سن کے مسام دار کپڑے کی ہونی چاہیئے جسمین باندھنے کے لئے ڈوریان لگی ہون + پٹی باندھنے کا طریقہ تصویر سے ظاہر ہوگا + ڈوریان اول کیواڑ کے دستہ یا کنڈہ مین باندھی جائین اور پٹی دوسرے سرے سے پیٹ کے چارون طرف مضبوط پکڑ کر اس طریق سے پیٹی جائے کہ عورت برابر گھومتی جاوے جبتک کہ تمام پٹی

ملہ مسام دار سن کے کپڑے کی پٹیان جنکا کہ ذکر آیا ہے - لوئی کوہنی صاحب کے کارخانہ سے ہمیشہ دستیاب ہو سکتی ہین بغیر سلائی کی اور بغیر گوٹ لگی ہوئی ہوتی ہین قیمت اونکی ایک شلنگ اور چھ پنس ہے یعنی قریب ایک روپیہ دو آنہ کے + ذرا چھدری بناوٹ کے سن کے کپڑے سے ایسی پٹیان بنائی جا سکتی ہین یا کوئی پانچ گرہ چوڑی پٹی کافی ہوگی - کپڑا اوسی قسم کا ہونا چاہیئے جیسا کہ بوریون کا ٹاٹ مگر اوس سے ذرا باریک ہو - اگر کسی ٹاٹ کے کارخانہ مین ایسی پٹیان بنوائی جاوین تو اونمین گوٹ کی ضرورت نہین ہے اور نہ کنارہ موڑنے کی ضرورت ہے + ۱۲

ولادت کے بعد کا انتظام

اوسکے چارون طرف لپٹ نہ جاوے - اور تب ڈوریان باندھی جائین + اس ذریعہ سے
اندرونی اعضا کو پورے طور سے ضروری سہارا ملتا ہے اور عورت اسکے بعد بلا خوف
پلنگ سے اوٹھ سکتی ہے - مگر شرط یہ ہے کہ وہ اور سب طرح سے کافی طاقت
معلوم کرتی ہو + اگر اوسے کچھ تکلیف معلوم ہو تو تیسرے یا چوتھے دن تک پٹی نہ باندھنی
چاہیئے + پٹی تین چار ہفتے تک متواتر بندھی رہنی چاہیئے + اگر اور کسی قسم کی شکایت
نہین ہے تو بجز پٹی کے اور کسی چیز کی ضرورت نہین + لیکن اگر حرارت معلوم ہو تو مذکورہ
بالا غسل کا لینا اور مٹی کی پٹی کا باری باری سے باندھنا جاری رکھنا چاہیئے (مقابلہ
کرو صفحات ۱۶۴ و ۱۹۱) اس طریقہ سے جسم کو پسینہ جلد آوے گا - پس بخار کم ہو جائیگا
اور کمی کو پورا کرنے والا ضروری عمل ہونا شروع ہو جاوے گا +

اگر ممکن ہو تو مان کو چاہیئے کہ بچہ کو خود دودھ پلاوے + بے اعتدالی کے ساتھ کھانے
اور پینے سے یا ایسے ہی دیگر طریقون سے دودھ نہین بڑھایا جا سکتا - بلکہ برخلاف اسکے
ایسا کرنے سے غالباً دودھ کم اترے گا + یہان پر بھی مثل اور موقعون کے قدرتی
قاعدے کی پابندی کرنا چاہیئے یعنی کھانا پینا صرف اُس وقت جبکہ بھوک اور پیاس لگے +
بیشک مان کو قدرتی غذا کا استعمال واجب ہے - اُن ماؤن مین جو کچھ درجہ تک بھی
تندرست ہین اس غذا سے بہت کافی اور اعلےٰ درجہ کا دودھ پیدا ہوگا +

(مقابلہ کرو صفحہ ۴۷۴ و ۴۷۵)

شروع کے چند مہینوں مین شیر خوار بچہ کا علاج

بچوں کی پرورش

اگر ہم غور سے قدرت (نیچر) کے طریقے کو دیکھین اور ماں اور بچہ کے رشتہ کو خیال کرین تو ہمکو دریافت ہوتا ہے کہ ایک عرصہ باہم دونون مین ایک قریبی تعلق ہونا لازمی ہے - شروع کے چند سالون مین خصوصاً شیر خوار بچہ کا تعلق اپنی ماں سے نہایت ہی زیادہ قریب کا ہے جو شروع مین گرمی حاصل کرنے کی وجہ سے ضروری ہے - شیر خوار بچہ کو اوسکی ماں سے علیحدہ کرنا اور اُس کو اُس گرمی سے جو اُسکی تندرستی کے لئے بڑی ہی مفید ہے محروم کرنا ایک سخت غلطی ہے + بدقسمتی کی بات ہے کہ بہت زیادہ مائین اس اہم امر کو قطعی نظر انداز کرتی ہین +

مجھے یاد آتا ہے کہ ایک دفعہ مجھے ایک خاندان مین بلایا جہان سب سے چھوٹے بچے کی نسبت جسکی عمر صرف تین ہفتے کی تھی یہ شکایت تھی کہ وہ خاموش اپنے بستر پر نہین لیٹتا تھا + اوسکی ماں بہت مضطرب تھی - زیادہ تر وجہ پریشانی کی یہ تھی کہ بچہ کا ہاضمہ بھی بالکل نادرست تھا + ماں کی قدرتی گرمی اور تین روزانہ فریکشن ہپ باتھ سے بچہ کو آرام ملا اور اوسکی تندرستی صحیح ہو گئی +

بچوں کی پرورش - جیسا کہ ہم پہلے ذکر کر چکے ہین بہت سی ماؤن کو فی زمانہ یا تو قطعی دودھ نہین اوترتا یا اگر اوترتا ہے تو بہت ہی کم - اور یہی وجہ ہے کہ آج کل اسقدر

کمزور اور ناتوان بچے نظر آتے ہین + مان کے دُودھ کی بجاے سب سے بہتر شئے دایہ کا دُودھ ہے + لیکن دایہ کے دُودھ سے یہ خواہ مخواہ لازم نہین آتا کہ بچّے کی صحت جسمانی ضرور محفوظ رہے گی (درست رہے گی) کیونکہ اگر دایہ تندرست نہین ہے تو ضرور بچے کے جسم مین علاوہ پیدائشی فاسد مادہ کے جو اوسکے اندر ہے اور زیادہ زہریلہ مادہ جمع ہوجاوے گا + یہ درست ہے کہ ہم بذریعہ سائنس آف فیشیل اکسپریشن دایہ کی حالت کی جانچ کرسکتے ہین + لیکن سچ تو یہ ہے کہ درحقیقت تندرست دایہ کا ملنا بہت دشوار ہے + اکثر تو بچون کی پرورش خلاف طریقۂ قدرت کے کیجاتی ہے اور عموماً غذا نہ تو صحیح طور سے منتخب کیجاتی ہے اور نہ مناسب طریقے سے طیار ہی کیجاتی ہے +

اگر گاے کا دُودھ دیا جاے تو اوسکو صرف گرم کرلینا کافی ہے۔ پکانا نہ چاہیے کیونکہ پکے ہوئے دُودھ کا ہضم کرنا بہت ہی دشوار ہے + نقصان دہ کیڑون کا ضائع کرنا اس موقع پر کوئی قابل توجہ بات نہین ہے اور اسکا ثبوت آسان ہے +

سب سے زیادہ مفید اور صحت بخش قدرتاً وہ غذائین ہین جو سب سے زیادہ آسانی سے ہضم ہوسکتی ہین اُس وقت تک جب تک کہ ہاضمہ درست ہے ہضم کرنیوالے عرق مین کافی قوت تمام اُس مادّہ کو خارج کرنے کی ہوتی ہے جو جسم کے واسطے مضر ہے + کچّا دودھ نہایت ہی سریع الہضم ہوتا ہے اور جوش کیا ہوا دُودھ بہت دیر تک معدہ مین رہتا ہے اور اس لئے اُس سے بہت زیادہ تیز جوش بمقابلہ اوسکے کہ جو معمولی غذا سے ہوتا ہے پیدا ہوتا ہے +

اسمین قطعی شبہ نہین ہوسکتا کہ یہی وجہ بچون کی بہت سی بیماریون اور اوسکے روزافزون اموات کی ہے۔ بچون کی غذائین اور اور اشیا کے جو ہر ہی روزافزون معدہ کی بیماریون کا باعث ہین۔ اُن سے بچہ کا معدہ پھیل جاتا ہے۔ ہاضمہ ناقص ہوجاتا ہے اور اُس سے نہایت

بے چینی پیدا ہو جاتی ہے + دُودھ جو موافق ہدایات پروفیسر ساکس لیٹ کے
جوش کیا جاے یا صاف کیا ہوا اور جما ہوا دُودھ جسکی آجکل پادری صاحبان بہت
سفارش کرتے ہین بچون کے واسطے ایسا ہی مضر ہے جیسا کہ دُودھ آگ پر جوش کیا ہوا +
کیونکہ درحقیقت جس چیز کو ذی علم اطبا جوش دینے کے ذریعے سے دفع کرنا چاہتے ہین
اوسی سے دُودھ سریع الہضم ہوتا ہے + جو ہین کہ دُودھ ہاضمہ کی نالی مین پہونچتا ہے اوسمین
گرمی آجانی شروع ہو جانی چاہیے + نیچر مین ہم واقعی یہ کبھی نہین پاتے کہ دُودھ مین قبل اسکے
کہ بچہ اوسے پیئے ہوا لگتی ہو + دُودھ ایک مقوی عرق ہے اور وہ براہ راست مان کی چھاتی سے
بچہ کے جسم مین بلا ہوا لگے ہوئے پہونچنا چاہیے + جب ہی کہ دُودھ سے ہوا ملتی ہے تو اوسمین ایک
قسم کی تبدیلی پیدا ہو جاتی ہے جس کا اثر بچہ کے ہاضمہ پر خراب ہوتا ہے + لیکن جبکہ دُودھ تازہ
ہو تو یہ تبدیلی قابل لحاظ نہین + مگر ہر حالت مین احتیاط ضروری ہے کیونکہ گائے بھی غالبًا فاسد
مادہ سے خالی نہو گی + یہ خیال کرنا محض غلطی ہے کہ ایک موٹی تازی گاے جو جاڑے اور گرمیون
مین گوشالا مین بندھی رہتی ہے وہ سب سے عمدہ دُودھ دیتی ہے + برخلاف اسکے ایسی گائے
کا جسم فاسد مادّہ سے پھولا ہوا ہوتا ہے اور اوسی کے مطابق اوسکے دُودھ مین بھی ضرر رسان
اثر ہوتا ہے + سچ تو یہ ہے کہ تمام دنیا کو وہ چیز پینا پڑتی ہے جو فاسد مادّہ سے پُر
ہوتی ہے کیونکہ تندرست گائین شایستہ مُلکون مین بہت ہی کمیاب ہین۔ گائے کے
دُودھ کی بجاے سب سے بہتر چیز جی کے آٹے کی لپسی ہوتی ہے + یہ لپسی عمدہ موٹے
بلا خشک کئے ہوے۔ مگر تلخ نہو۔ جی کے آٹے سے بنانی چاہیے۔ اور چھلنی مین اوس کو
چھان لینا چاہیے + اوس مین نمک گھی یا شکر ملانا نہین چاہیے + جی کا آٹا ہر جسگہ پر
تھوڑا بہت خشک کر لیا جاتا ہے اِس وجہ سے کہ وہ فروخت ہونے کے قبل زیادہ

عرصہ تک اچھا رہے + مگر اس سے آٹے مین اوسکے ہضم ہونے کی قابلیت مین کمی
ہو جاتی ہے اور پس وہ بچون کی غذا کے لایق نہین رہتا + جَو کا آٹا خشک کیا ہوا
نہونا چاہیئے + جہان کہ ایسا آٹا دستیاب نہوسکے۔ تو سب سے بہتر یہ ہے کہ چھڑی
ہوئی جَو خرید لیجاے اور اُس کو جوش دیکر اُسکا مانڈ نکال لینا چاہیئے + اگر یہ بھی میسّر
نہو تو چھلکے سمیت جَو لیکر ماون دستہ مین کُچل لیجاوے یا چکی مین دل لیجاوے
اور پھر مانڈ نکالنے کے لئے اُسکو جوش دے لیا جاوے + یہ آش (مانڈ) تمام آشون سے
بچّون کے لئے اچھا ہے لیکن اسمین جَو دَلنے کی دقّت ہے + بہرکیف اس بات سے کسی کو
بیدل نہونا چاہیئے کیونکہ چند مرتبہ کی آزمایش کے بعد وہ پہلے سے آسان معلوم ہونے
لگے گی + مین نے اس مضمون پر اور عموماً بچّون کی پرورش کے بارے مین اپنے رسالہ
"بچون کی پرورش" نامی مین جس کا ذکر آچکا ہے بہت وضاحت کے ساتھ بحث کی ہے +
یہ نہایت افسوسناک بات ہے کہ اتنی زیادہ ماؤن کو اپنے بچّون کی تعلیم و تربیت بہت
تکلیف دہ معلوم ہوتی ہے + لڑکے پڑھتے ہی نہین اور اونکے خیالات ہمیشہ کسی اور چیز پر
لگے رہتے ہین۔ وہ بے تمیز۔ تند خو۔ اور بد مزاج پائے جاتے ہین۔ اور باوجود ان باتون
کے بھی اونکے والدین اور اُستاد اونکی تعلیم دینے مین نہایت جانفشانی کرتے ہین +
یہ خیال کیا جاتا ہے کہ اس بات کی وجہ کہ تعلیم دینا ایسا مشکل کیون ہو جاتا ہے نہین بتلائی
جاسکتی اور کیونکہ اسکا کوئی سبب دریافت نہین ہوسکتا تو اسکا باعث آخرش زمانہ کا
مزاج ہی بتلادیتے ہین۔ اور ذرا اس بات کی طرف توجہ نہین کرتے کہ اسکا کوئی اور ہی
سبب ہے + جب کبھی کہ کم سنی کے جسم مین مادہ فاسد ہوتا ہے تو دماغ اور تمام جسم کے
فعل پر غیر قدرتی اثر پڑتا ہے اور اُس مین تبدیلی واقع ہوتی ہے + اگر برخلاف

اوس کے فاسد مادہ کا بوجھ علیحدہ ہو جائے تو پوری قدرتی حالت تندرستی کی حاصل ہو جاوے گی +

مین نے اپنے مطب مین اکثر دیکھا ہے کہ جن لڑکون کی تربیت بہت ہی خراب ہوئی ہے وہ میرے علاج کے ذریعے سے غایت درجہ سنجیدہ اور غایت درجہ باتمیز ہو گئے ہین + وہ لڑکے جو قطعاً کچھ نہین پڑھتے تھے اور گھنٹون آسان سے آسان سبق لئے ہوئے بیٹھے رہا کرتے تھے۔ جسم سے فاسد مادہ کے خارج ہو جانے پر اور سے اور ہو گئے + اور وہ پڑھنے اور جلدی سمجھنے کے پھر قابل ہو گئے۔ سست اور کاہل نہ رہے۔ اور ہر طرح سے اپنے والدین کی خوشی کا باعث بنے + جو شخص یہ جانتا ہے کہ تندرست بچون کی تربیت دینے مین کیسی خوشی حاصل ہوتی ہے اور اُس مین کس قدر کم تکلیف اور دقت اوٹھانا پڑتی ہے۔ وہ اپنے لیئے اُن ابتدائی امور کے حاصل کرنے مین جو ایسی خوشی کے لئے ضروری ہین یقیناً غفلت نکرے گا + یہ جملہ والدین کا پاک فرض ہے کہ وہ میرے طریقۂ علاج اور خصوصاً میرے طرز تشخیص سائنس آف فیشل اکسپرشن[ل] کو سیکھین + امر آخر الذکر مین اُنکے پاس فوراً اور بلا ذراسی غلطی کے اپنے بچون مین مادۂ فاسد کے ہر ایک قسم کی موجودگی کے دریافت کرنے کا ذریعہ موجود ہے +

ایک نہایت ضروری اور اہم امر اور ہے جو کسی طرح سے بھی نظر انداز نکرنا چاہئے۔ میرا اشارہ آجکل کے نوجوانون مین روز افزون خواہش مجامعت اور اسکے قدرتی نتیجے یعنی جلق سے ہے +

ل یعنی سائنس آف فیشل اکسپرشن + ۱۲

یہ ایک افسوس کی بات ہے کہ آجتک اس نوعمری کے گناہ کی اصلیت ٹھیک ٹھیک دریافت نہین ہوئی بخلاف اسکے لوگ بیہودہ شرم کی وجہ سے غلطی مین پڑکر ایسے معاملات کے تمام تذکرون کو روکتے ہین + یہ بُرائی اس طریقہ سے کبھی دُور نہوگی + وہ شخص جو کہ دنیا کو ترقی دینا چاہتا ہے اُس کو دنیا کی غلطیون کو صاف طور پر ظاہر کرنا پڑے گا + دیہات مین جہان کہ قدرت (نیچر) اور عمل[1] ابتک ساتھ ساتھ چلتے ہین - یہ عرصہ دراز سے جیسے کہ صفحہ ۴۸۶ و ۴۸۷ پر بیان کرآئے ہین جان لیا گیا ہے کہ جانورون مین زیادہ خواہش مجامعت کی ہونا ایک حالت بیماری کی علامت ہے + آدمی بھی ٹھیک ٹھیک اُن ہی آئین قدرت کا تابع ہے - خواہ بعض لوگ اسکے (انسان کے) قدرت مین ایک مخصوص جگہ رکھنے اور پس اُس کے مخصوص ہی قوانین قدرت کے پابند ہونے کی نسبت کچھ ہی کہین + ٹھیک ٹھیک جیسے کہ جانورون مین بیماری کی حالت (یعنی جسم مین مادہ فاسد کا ہونا) جیسا کہ اوپر ثابت ہوچکا ہے غیر معمولی خواہش مجامعت کو پیدا کرتی ہے - ویسے ہی حالت انسان کی بھی ہے + جلق خاص علامت اِس امر کی ہے کہ اعضاے تناسل مین مادہ فاسد بھرا ہوا ہے + اگر یہ فاسد مادہ آہستہ آہستہ جسم سے نکلج کردیا جاے تو غیر معمولی خواہش بھی خودبخود دُور ہوجاوے گی - بچّون کو اپنے اعضاے تناسل سے کھیلنے پر بید مارنا (جیسے کہ بہت سے والدین مارتے ہین) بالکل بیکار ہے + متواتر کھجلاہٹ دُور کرنے کا صرف یہی علاج ہے کہ اُسکا سبب دُور کرین یعنی مادہ فاسد کو خارج کرین + اگر بچّون کی قوت ارادہ کو تقویت دیکر ہم اُن سے اِس بُرائی کو رُکوا بھی دین

---

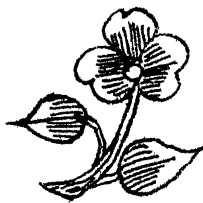
[1] نیچر یعنی قدرت کے قاعدون پر عمل +

تاہم اُس کے واسطے جو اندرونی جبر ہے وہ موجود رہے گا اور اُس وقت تک قایم رہے گا جب تک کہ اُس کا سبب دُور نہ کردیا جاوے +

میرے مدت کے تجربہ نے جو مجھکو جلق کرنے والون کے علاج مین حاصل ہوا ہے مجھے یقین کامل دلادیا ہے کہ ہمارے فریکشن باتھز اور غیر محرک غذا اور قدرتی طرز معاشرت کے سواے اور کوئی عمدہ علاج اسکا نہین ہے + پس ہمارا طریقہ علاج

بچّون مین ایک اعلےٰ درجہ کے اخلاق کی ترقی پیدا کرنیکا ایک نہایت عمدہ ذریعہ ہے +

اور یہ امر اسقدر بے حد ضروری ہے کہ ہر شخص اِس بات کو اپنا فرض مقررہ سمجھے کہ وہ اوسکی سچائی کی نسبت اپنا اطمینان کُلّی کرلیوے +

(حصہ سوم ختم ہوا)

اُن ناظرین کو جو کہ زیادہ دُور مقامات مین رہتے ہین - اصلی واقعات سے یہ بات دکھلانے کے لئے کہ کیسے تعجب انگیز کامیاب نتائج میرے طریق علاج کے ذریعہ سے حاصل ہوئے ہین - مَین اس موقع پر زائد از یک صد سچی ریورٹ ہاے شفایابی اور چٹھیات شکریہ جو کہ جملہ قسم کے امراض کے متعلق ہین شائع کرتا ہون + زیادہ حصہ ان اسناد کا بالکل بغیر طلب کئے ہوئے پہنچا ہے + میری خواہش دلی ہے کہ بیمار انسان کے نفع کے لئے اس نیو سائینس آف ہیلنگ کی سچائیون کے پھیلانے مین یہ چٹھیات شکریہ و ریورٹ ہاے شفایابی اپنا حصہ لیوین +

نمبر ا - نروس ڈیبلٹی (اعصابی کمزوری) نیند کا نہ آنا - انٹریونجی فرمن سوزش سنگ جگر + مسز[۱] آر کو تکلیف اونکی آنتون مین سوزش فرمن کی تھی اور بغیر استعمال

[۱] مسز بمعنی میم صاحبہ - اور آر انگریزی کا ایک حرف ہی اور اُن میم صاحبہ کے نام کا اول حرف ہے جنکا ذکر اس موقعہ پر کیا گیا ہے + آیندہ دیکھنے مین آویگا کہ عورت و مردون اور مقامات کے پورے نام ظاہر کرنے کی بجاے اونکا اول حرف تحریر کیا گیا ہے - آیندہ مسٹر بمعنی صاحب اور مسز بمعنی میم صاحبہ اور مس بمعنی کنواری لڑکی جہان کہین یہ الفاظ ہون سمجھنا چاہیے +

ادویات و ہتکاری (عمل) کے اونکو دست نہین آتا تھا + ساتھ ہی اسی کے اونکو سنگ ہاے جگر کی بھی تکلیف تھی + ماہ بماہ اونکا پیٹ بڑہتا گیا تھا یہانتک کہ اونکی حالت قابل برداشت نرہی - اونکو گھبراہٹ بہت ہی زیادہ تھی - کچھ نیند نہ آتی تھی - اور علاوہ بھوک نہ لگنے کے اونکے جگر کے مقام پر بوجہ سنگ ہاے جگر کے درد کی شکایت تھی + اونکے حکماے سعالجہ نے سنگ جگر کے لئے آخری علاج عمل جراحی تجویز کیا - لیکن اعمال جراحی کی ناکامیابی کے بارہ مین وہ سقدر زیادہ سن چکی تھین کہ اس افسوسناک حالت مین وہ مجھسے امداد کی متلاشی ہوتین +

دو تا پانچ فریکشن باتھ کا روزانہ لینا - ایک یا دو اسٹیم باتھ کا ہر ہفتہ مین لینا اور بغیر گوشت والی غذا - یہی پھر میرے یکسان طریق علاج مین آرام کرنیوالے وسائل تھے + اول ہفتہ مین افاقہ آہستگی سے ہوتا رہا + دوسرے ہفتے مین بھوک - دست اور نیند اعتدال پر آگئین - تیسرے ہفتے مین اعصابی خرابی جاتی رہی + چوتھے ہفتے مین خاص بات یہ ہوئی کہ بہت زیادہ مقدار مین بہت ہی خراب بدبودار سیاہ رنگ کا (سڑا ہوا) ایسا پاخانہ جیسا کہ پیچش مین ہوا کرتا ہی آیا + اس عرصہ مین جسم کا بوجھ تیس پونڈ (۱۵ سیر) گھٹ گیا اور پیڑو جوکہ پیشتر بہت ہی بڑا تھا اب صحیح حالت پر آگیا - پانچ ہفتے بعد سنگ ہاے جگر گھلنے لگے اور پیشاب مین صاف صاف بشکل ریزہ نظر آتے تھے -
سات ہفتے مین مریض کو شفا ہوگئی +

نمبر ۲ - پھیپھڑے کی سوزش - سرد پاؤن - معدے کی خرابی - مرض جگر - فیرن جائٹس یعنی فیرنگس کی سوزش + مسٹر ایچ - متوطن ایل عمر ۲۷ سال سے امراض مذکورہ مین میرے طریق علاج کا استعمال کیا - فریکشن ہپ باتھ پر خاص توجہ کری اور بعد کو فریکشن سٹز باتھ وغیر محرک غذا استعمال کی + آرام بہت ہی جلد ہونے لگا + ہاضمہ کو اور معدہ کی شکایت کو دوسرے ہی دن افاقہ ہوا جسکی وجہ سے دیگر شکایات مین بعد کے دنون مین برابر افاقہ ہوتا رہا - تین ہفتے کے بعد مریض کی تمام بیماریون کو شفا ہوگئی اور اس کو سب سے زیادہ تعجب اس بات کا ہوا کہ اس کے پاؤن نے پھر اپنی صحت کی گرمی کی حالت بغیر کسی مقامی علاج کئے ہوے حاصل کرلی +

نمبر ۳۔ سرطان۔ ہرازیل کا رہنے والا ایک شخص عمر ۲۵ سال ایسے سرطانی پھوڑون مین مبتلا تھا جو کہ ۹ سال سے بڑھتے چلے جاتے تھے اور اب گردن سے پیٹ تک پھیل گئے تھے + کھانا کھانے کے بعد اونمین سے ہمیشہ خون نکلتا تھا اور مریض کے حلق سے ایسی سخت بدبو نکلتی تھی کہ اوسکے پاس کوئی نہین آسکتا تھا + ایسی حالت مین یہ کونسی بڑے تعجب کی بات تھی کہ مریض ہروقت خودکشی کے خیال مین گرفتار رہتا تھا +

اس مریض نے اپنے چند واقفکارون کے ہمت دلانے کی وجہ سے جنکو میرے طریق علاج سے آرام ہوا تھا اس علاج کی بھی آزمایش کا مصمم ارادہ کیا + شروع کے تین ماہ مین جبکہ سرطانی گمڑیان درد کرکر کے منتشر ہوتی گئین اوسکی حالت زیادہ خراب ہوتی ہوئی معلوم ہوئی + باوجود اسکے اوس نے استقلال رکھا اور آخرکار اپنی حالت مین بہتری دیکھی + ایک سال کے اختتام پر وہ نوجوان شخص پھر اچھا ہوگیا۔ اس وقت وہ ایک مضبوط۔ خوش مزاج اور اس نیو سائنس آف ہیلنگ کے لئے راستہ بتلانے والا سرگرم شخص ہوگیا ہے +

نمبر ۴۔ یرقان۔ کمزوری۔ مختلف قسم کے دردسر + ۱۸۹۶ء کے موسم بہار مین مسز ایل۔ ساکن لیزگ کی دختر نوجوان نے بڑی سستی۔ کام سے بے رغبتی۔ عام کمزوری۔ دردسر۔ قصہ مختصر طبیعت کے تمامتر خراب ہونے کی شکایت کری + چند دنون بعد آنکھ کی سفیدی زرد ہوگئی اور مرض کا یہ رنگ جلد ہی تمام چہرہ اور گردن پر اور بالآخر تمام جسم پر پھیل گیا + اسی کے ساتھ یہ بات بھی عیان تھی کہ وہ لڑکی ایک اونچے درجے کے بخار مین مبتلا ہے جو کہ پیرو سے شروع ہوکر تمام جسم مین پھیل گیا ہے اور بہرصورت اوسنے اپنا اظہار باہر کی جانب سے مین مطابق کارروائی سڑن یا جوش کے جو اوسمین ہے کیا ہے + غیر محرک غذا کا استعمال اور تین فرکشن سٹز باتھ کا سڑے ہوے مادہ کے نکالنے کے لئے روزانہ لینا ہی علاج تجویز کیا گیا + دو ہفتے مین یرقان کو بالکل شفا ہوگئی +

نمبر ۵۔ ہڈی کے اوپر کی گمڑیان۔ مسٹر اے۔ ایچ۔ ساکن ڈبلیو کو عارضہ ہڈی پر اس کو زایل کرنے والے دانون کے نکل آنے کا تھا۔ اسکا علاج۔ الوپیتھک طریق پر آیوڈوفارم

کاربولک ایسڈ۔ کروسیو سلیمیٹ وغیرہ سے زائد از نو مہینے تک بغیر کامیابی کے کیا گیا تھا + دونون ٹانگون پر کئی بار عمل جراحی ہو چکا تھا اور ہڈی کے کئی ٹکڑے کاٹ کر علیحدہ کئے جا چکے تھے + اِس مقامی علاج کے کرنے سے مریض کی حالت ایسی خراب ہو گئی تھی کہ وہ اب بالکل نہ چل سکتا تھا + ایسی حالت مین اس مریض کا علاج مینے اپنے ہاتھ مین لیا + تین ماہ مین ٹانگون کے زخم اچھے ہو گئے اور اسفنج کی مانند اور پھولی ہوئی ہڈیان۔ سخت اور پتلی ہو گئین + مریض جلد پھر چلنے پھرنے کے قابل ہو گیا اور تین ماہ مین وہ یہ کہہ سکا کہ اوسکو شفاے کلّی ہو گئی ہے +

نمبر ۶۔ عرق النسا۔ لنجاپن۔ لنگڑاپن۔ ایک لڑکا عمر بارہ سال مسمی آسوالڈ ز ٹیڈ ساکن کے۔ بعد مبتلا ہونے سخت سردی مین جس کے ساتھ کھانسی بھی تھی۔ مرض عرق النسا مین بیمار رہا + مختلف حکما کے غیر قدرتی علاج یا ادویات اور گھٹنے بڑھنے والے پلنگ وغیرہ کے علاج سے اوسکی بیماری اسقدر خراب ہو گئی تھی کہ اس غریب بچہ کا کولھا بالکل سخت اور نہ جنبش کرنیوالا ہو گیا اور اوسنے اوس کو بالکل لنگڑا کر دیا + داہنی ٹانگ بمقابلہ بائین کے زیادہ پتلی تھی اور کمتر بڑھی تھی + سخت اور معذور ٹانگ کا مینے کوئی مقامی علاج نہین کیا بلکہ خاص شفا بخشنے والے فریکشن باتھز اور غیر محرک غذا کا استعمال تجویز کیا + اِس علاج کے نتائج جلد معلوم ہوئے۔ پندرہ روز مین بغیر گھوڑیون یا چھڑیون کی امداد کے وہ چلنے پھرنے کے قابل ہو گیا + ایک ماہ مین اوسکا سخت کولھا پھر اوسط درجہ پر ملایم ہو گیا اور لنجے پن کا تمام نشان جاتا رہا + یہ ٹانگ ایسی ہی آسانی سے ہلائی جا سکتی تھی جیسے کہ بائین + چھ ماہ مین ٹانگ اور بالون کے وہ حصے جو کہ بڑھنے سے رہ گئے تھے پھر پوری صحیح حالت پر آ گئے +

نمبر ۷۔ عام کمزوری۔ درد ہاے کمر۔ سرد ہاتھ اور پیر۔ آسانی کے ساتھ زائید گی کمی خون مسز ای۔ ساکن ڈبلیو۔ نزدیی۔ ایک پورے سلسلہ امراض مین مبتلا تھی۔ اور حمل سے بھی تھی۔ ڈاکٹر لوگ اوسکی کچھ بھی امداد نہ کر سکتے تھے اور پس اوسنے اپنی آخری امید میرے طریق علاج پر قایم کر رکھی مینے ایک ہپ باتھ اور دو فریکشن سٹز باتھز ہر روز لینا اور اوسکے بعد اپنے تئین ہوا مین گرم کر لینا اوسکے لیے بتلایا علاوہ اسکے سادی سے سادی غیر محرک غذا بتلائی + چھ ماہ بعد مسز ای پھر میرے پاس آئی اور مجھسے حسب ذیل

رپورٹ دی (اوسنے کہا) کہ اوسنے میری ہدایات پر من وعن عمل کیا تھا اور ایک ہفتے کے اندر ہی تندرستی مین ترقی معلوم ہوئی - اور یہ ترقی بڑھتی گئی جس قدر کہ زیادہ دنون تک یہ علاج اوسنے جاری رکھا + ایک ماہ گذرا کہ اوسکے ایک بچہ پیدا ہوا اور دائی کو اسمین تعجب ہوا کہ اس مرتبہ کی زائید گی مین اُس کو سب مرتبہ سے زیادہ آسانی ہوئی + پیشتر کے موقعون پر پچھڑی کے خارج ہونے مین ہمیشہ تکلیف ہوا کرتی تھی - اسکے خارج ہونیکے وقت ہمیشہ بہت گاڑھا اور سڑا ہوا خون جایا کرتا تھا - اس مرتبہ کوئی وقت نہوئی + بچہ بھی پورا تندرست تھا + پیشتر اسکے بچہ کے لئے کافی دودھ نہوتا تھا + اس مرتبہ دودھ اوسکے کافی موجود تھا + پہلے سے اوسکی بھوک بھی زیادہ بہتر تھی + اوسنے صاف طور سے یہ دیکھ لیا کہ یہ طریقہ زندگی محض سادہ ہی نہ تھا بلکہ معمولی طریقے سے بہت زیادہ تندرستی دینے والا بھی تھا +

نمبر ۴ - گلٹی کا پھوڑا + ایک لڑکی مسماۃ ای - کے - عمر ۹ سالہ کے بائین جانب گردن کے ایک گلٹی مین ورم آگیا - یہ کچھ عرصہ مین بڑے انڈے کی برابر بڑھ کر ہوگئی + مینے روزانہ ہپ اور سٹز باتھز ہر ایک قریب قریب آدھ گھنٹے کے لینا بتلائے - نیز جزوی اسٹیم باتھز ہر ہفتے مین دوبار + اسی طور سے مین نے مناسب غذا بھی تجویز کردی - اولاً پھوڑے کا رنگ بڑا سرخ تھا - کچھ عرصہ بعد نیلگون ہوگیا + بعد اسکے کہ علاج کوئی تین ہفتے تک جاری رہا ہو ان بچہ کو اسٹیم باتھز (بھاپ کے غسل) ناگوار معلوم ہوئے - اُسکا سر چونکہ پھوڑے کی وجہ سے ایک جانب کو جھک گیا تھا پس اوس کو وہ حرکت نہ دے سکتی تھی - بجائے اسٹیم باتھ کے گرم پانی کی گدیون کا استعمال کیا گیا - پانی اوسی قدر گرم لیا گیا جس قدر کہ کھال برداشت کرسکتی تھی + مادہ ناقص کی نقل و حرکت اب بہت صاف طریقے مین معلوم ہوسکتی تھی کیونکہ پیپ کھال مین کو رستی تھی اور اُس کپڑے مین جو کہ گردن کے گرد لپٹا ہوا تھا لگ گئی تھی - حالانکہ اس جگہ کوئی سوراخ کھلا ہوا نہ تھا - آخرش دو چھوٹے چھوٹے سوراخ تقریباً مٹر کے دانہ کی برابر نمودار ہوئے اور اونمین سے کچھ مقدار پیپ کی خارج ہوئی + پھوڑا قد مین اب تیزی کے ساتھ کم ہوگیا لیکن ایک دوسرا اُدر ہوگیا - مگر آخرالذکر بعد خارج کرنے اپنے مواد کے اُن سوراخون کے ذریعے سے جو کہ پہلے پھوڑے نے بنائے تھے - جلد ہی غائب ہوگیا - ایک ہفتہ مین مرض اس قدر اچھا ہوگیا تھا کہ بچہ مدرسہ کو پھر جا سکا + پانچ ہفتے مین تمام شکایات رفع ہوگئین اور

سر اور گردن کو پھر آزادی کے ساتھ حرکت دیجا سکتی تھی +

اِن تمام ایام مین اُس لڑکی کو مشکل سے ہی کوئی درد معلوم ہوا ہوگا۔ ایک تو جزوی اسٹیم باتھ اور گرم گدیون کی وجہ سے اور دوسرے فریکشن سٹز باتھز کی وجہ سے یہ (درد) روک دیا گیا تھا + کوئی داغ باقی نہ رہے تھے +

نمبر ۹ سرطان پستان و سرطان بینی (ناک) مسز لیس متعلق شہر لیزگ کے ایک قصائی کی عورت نے ہر ایک دوا کا استعمال اپنے سخت مرض سرطان پستان وسرطان بینی کی حالت مین کیا تھا۔ مگر کچھ فائدہ نہوا + ایک دن کسی شخص نے اوسکی توجہ میرے طریق علاج کی طرف دلائی اور اوسنے اپنی خواہش ظاہر کی کہ مین اوسے دیکھون + اوسکی درخواست کے موافق مین گیا اور اُس عورت کو ایک حالت لاچاری مین پایا پستان کے اوپر ایک گہرا زخم تھا جس سے کہ بدبو نکلتی تھی اور جوکہ اندر ہی اندر کاٹتا چلا جاتا تھا اور اسقدر بڑا تھا کہ ہاتھ سے مشکل سے ڈھکا جاسکتا تھا۔ نصف ناک ضائع ہوچکی تھی اور اوسکی پیشانی پر دو بڑی سرخ رسولیان ہوئی تھین جوکہ پھوٹنے کے قریب تھین + امتحان کرنے کے بعد علاج کے بارے مین ضروری ہدایات فورًا بتلادی گئین جوکہ بہت ہی کامیاب ثابت ہوئین + اول پیشانی کی رسولیان رفع ہوگئین۔ بعد اوسکے پستان کو آرام ہوا۔ اور آخرش ناک کو۔ چند ماہ علاج کرنے کے بعد جب کہ مریضہ اپنی حالت مین ترقی کرنے کی رپورٹ مجھے دینے آئی تو اس وقت بھی اوسکی صورت بہت ہی تکلیف سے بھری ہوئی تھی + آجکے دن وہ پھر ایک شائستہ۔ بلکہ یون کہہ سکتے ہین کہ خوبصورت عورت ہوگئی ہے + اور یہ جادو (کیونکہ اُن تمام لوگون کو جنہون نے کہ اس مریضہ کو مرض کے بہت ہی خراب زمانہ مین دیکھا تھا یہ ایسا ہی معلوم بھی ہوا ہوگا) محض بذریعہ قدرتی غذا۔ ہپ اور سٹز باتھ اور خوب کھل کر پسینہ آنے سے (بغیر کسی قسم کے مقامی علاج خواہ پستان۔ ناک یا پیشانی کے) عمل مین آیا۔

میرے بتلائے ہوئے علاج کو باقاعدہ کرنے سے **مسز لیس** کو کم از نو ماہ مین مرض سے نجات ملی +

نمبر ۱۰۔ ٹانگون پر کشادہ زخم۔ مسٹر الیف۔ برازیل کے ایک مدرس نے مجھے اس

تعجب خیز کامیابی کا ذکر لکھا ہے جو کہ اونکو میرے طریق علاج مین حاصل ہوئی ہے + سات سال سے ٹانگوں پر کشادہ زخموں مین وہ مبتلا ہو رہے تھے اور کبھی ایک ڈاکٹر کے پاس۔ اور پھر دوسرے ڈاکٹر کے پاس جا چکے تھے + اوسکی بڑی محنت کی کمائی دوا سازون کے حساب کتاب مین جلدی سے ختم ہوتی جاتی تھی۔ تو بھی اوسکے زخم ہمیشہ بڑھتے تھے اور زیادہ تکلیف دہ ہوتے تھے + وہ خوفناک تکلیف جو اوس کو سہنا پڑتی تھی اکثر اوس کو کام کرنے کے بالکل ناقابل کر دیتی تھی +

اتفاقیہ اوسکے قبضہ مین میری کتاب "دی نیو سائنس آف ہیلنگ" کی ایک جلد آگئی اور بعد مطالعہ کرنے کے اوسنے ارادہ مصمم کیا کہ میرے طریق علاج کی آزمائش کرے + اوسنے صرف ہپ باتھز لیئے اور قریبًا ایک سال کے بعد وہ بالکل اچھا ہو گیا + بذریعہ فریکشن سٹز باتھز کے وہ غالبًا اس سے جلد اچھا ہو گیا ہوتا +

مریض نے اپنے شفا پانے کے حال کو پورٹ الجیر کے ایک جرمن اخبار مین شائع کرایا +

نمبر ۱۱- مثانہ اور گردون کا مرض۔ استسقا - مرض جگر - مسز بی ساکن پی - برسوں سے مثانہ اور گردون کے مرض مین مبتلا ہو رہی تھی - مروجہ علاج صادق نے یہ ہی نہین کہ کوئی صورت افاقہ نہین پیدا کی بلکہ استسقا کے ہونے کو بھی نہ روکا + مسز بی نے اسوقت میرے طریق علاج کی آزمائش کرنیکا ارادہ کیا + مینے اوسکے لئے دو ہپ باتھز ایک فریکشن سٹز باتھ ہمراہ قدرتی غذا (اگر اوسمین شوربے شامل نہ تھے) روزانہ لینا تجویز کیئے کرائسس جلد شروع ہو گئے - اور مریضہ کو ہفتوں تک بھوک نہ لگی + اوسکی ہمت جاتی رہی اور اگر اوسکی لڑکی نے اُس کو اس علاج کے جاری رکھنے پر آمادہ نہ کیا ہوتا تو اوس نے اس علاج کو چھوڑ دیا ہوتا + بجائے ہپ باتھ کے فریکشن سٹز باتھز بھی تجویز کئے گئے تاکہ شفا جلد تر عمل مین آوے + استسقا - امراض گردہ - امراض جگر - رفتہ رفتہ دور ہو گئے + تھوڑا عرصہ ہوا کہ مسز بی نے پوری شفایابی کے بعد اپنے تئین اس حالت مین پیش کیا کہ کوئی شخص یہ خیال نکرے گا کہ وہ پہلے کسقدر زیادہ بیمار ہو گئی تھی +

نمبر ۱۲- امراض قلب- آنکھون کے آگے سیاہ داغون کا نظر آنا- ایک بہت ہی ناگوار مرض وہ خرابی ہے جسمین کہ آنکھون کے سامنے سیاہ داغ اور دھبے نظر آتے ہین حالانکہ کوئی بھی بیرونی چیز وہان موجود نہین ہوتی ہے + یہ مرض غیر اشیا کی وجہ سے ہوا کرتا ہے- اجزاے خانہ دار آنکھ کی رطوبت زجاجیہ مین جمع ہو جاتی ہین اور آنکھ کے طبقہ شبکیہ پر چھوٹے چھوٹے عکس ڈالتے ہین + یہ ظاہر ہے کہ جسم کی صفائی کرنے سے یہ اشیاے غیر بھی رفع ہو جاوینگی + اسکی صداقت مسٹر الیف- ایچ- مختار (سالیسٹر) مقام بی کی حالت سے ہوتی ہے جس نے کہ مجھے اطلاع دی کہ دوران علاج مین جوکہ اوس نے ابتدا ایک قدیم گہری بیماری دل کے آرام کرنے کے لئے شروع کیا تھا اُسکا سیاہ داغون کے دیکھنے کا مرض بھی دُور ہوگیا +

نمبر ۱۳- مزمن اسہال پیچش + مسز ڈبلیو ایک امریکن لیڈی نے پیچش اور اسہال مزمن کی شکایت کری جو کہ چار سال سے چلی آتی تھی- دوسرے علاج جو کہ اوسکے بہت سے حکماء کی صلاح سے کئے گئے تھے بالکل بے اثر ثابت ہوئے تھے +

مینے اوسکی حالت کے موافق سریع الہضم غذا- ٹھنڈک پہونچانے والے غسل تین بار روزانہ- اور تین اسٹیم باتھ ہر ہفتہ مین لینے تجویز کئے + تین ہفتہ علاج کے بعد اوسکی شکایت بالکل رفع ہوگئی +

نمبر ۱۴- مرض جگر- بڑی آنت کی سوزش- تلوون کا پسیجنا- سوزش معدہ عرصہ سے مسٹر ایم- ساکن ڈی- بڑی آنت کی سوزش مین مبتلا تھے جو کہ مزمن ہوگئی تھی اور ایک سخت مرض پیدا کر دیا تھا + برسون سے مریض الوپیتھک علاج بغیر کسی دوا سے کچھ نفع حاصل کئے ہوئے کر رہا تھا + شروع ماہ ستمبر مین مریض نے میرے طریق علاج کا استعمال شروع کیا + نیتجہ تمام امیدون سے گذر گیا- سوزش معدہ جسکی کہ اُس کو ساتھ ہی مین شکایت تھی چند ہی دن مین دُور ہوگئی- اول ہفتہ کے اندر ہاضمہ درست ہوگیا- مادہ ناقص جو کہ برسون سے اوس کے جسم مین جمع ہوتا رہا تھا جلد خارج ہونے لگا اور اوسکی حالت ہر ہفتہ مین ترقی کرتی رہی + دو ماہ مین جبکہ اوسکا وزن ۱۵ پونڈ گھٹ گیا تھا- مسٹر ایم کو پوری شفا حاصل ہوگئی + اور پسیجنے والے ناگوار بو کے پیر صحیح حالت مین آگئے +

نمبر ۱۵ - ریڑھ کے بانس کا زائل ہونا - مسٹر ایم - شہران کا کمپوزیٹر

(چھاپہ خانہ مین حروف جمانیوالا) حرام مغز کے زایل ہونے کے مرض مین مُبتلا تھا جس کو لیپزگ یونیورسٹی کلینک کے حکماء نے لاعلاج تجویز کردیا تھا + مذکورہ بالا شفاخانہ مین مسٹر ایم کا علاج بغیر کچھ بھی نفع بخشنے کے قریب ایک سال تک کیا گیا تھا - بیچارہ کی حالت بہت ہی افسوسناک تھی - اوسکے پاس کچھ بھی ذریعہ گذر اوقات نہ تھا - اوسکے رشتہ دار اوسکی پرورش کرتے تھے + اسپر طرفہ یہ کہ ڈاکٹرون کی رائے نے اوسکی حالت مین بہتری ہونے کی امید کو اُس سے بالکل دُور کردیا تھا +

خوش قسمتی سے اوسنے میرے طریق علاج سے شفایابون کا ذکر سُنا - اور اس نیو سائینس آف ہیلنگ سے علاج کرنے کی اوسنے اپنے دل مین ٹھان لی + باوجود قوت بخش غذاؤن کے جو کہ اوسکے لئے تجویز کی گئی تھین اور جہانتک ہوسکا تھا اوسکو ملی بھی تھین - وہ شخص بہت ہی کمزوری کی حالت مین میرے پاس دو لکڑیون کی مدد سے لنگڑاتا ہوا آیا + امتحان کرنے سے معلوم ہوا کہ وہ پُشت کی جانب کے بار مادہ فاسد مین مبتلا ہو رہا ہے جس کے ساتھ مین کہ اونچے درجہ کا اندرونی بخار لگا ہوا ہے +

مین نے اولاً ۸۶ تا ۹۲ درجہ فہرن ہایٹ کی حرارت کے پانی مین سب باتھ ہمراہ سٹز باتھ کے باری باری سے لینا بتلائے آخرالذکر (یعنی سٹز باتھ) ایک ایک گھنٹے تک کے لئے + بغیر گوشت کی غذا تجویز کی گئی - بریک فاسٹ (ناشتہ) اور چاء کے وقت پھل اور سموچے گیہوں کے آٹے کی روٹی - اور دوپہری کھانے کے لئے ترکاریان + ہر تیسرے یا چوتھے ہفتہ مین پیڑو کے لئے ایک بھاپ کا غسل بھی ضروری تھا - تاکہ مریض کو غسل لینے کی حالت مین کمر کے بل نہ لیٹنا پڑے +

تین ماہ مین مسٹر ایم اچھی طرح سے چلنے لگا اور چھ مہینے مین بغیر چھڑی کی مدد کے چل سکا اوسکی پُشت سے مادہ فاسد کا بار اسقدر رفع ہوگیا تھا کہ وہ سب کامون کو پھر کرسکا اور مین اُس کو اپنے کارخانہ سے چلے جانے کی اجازت دے سکا +

نمبر ۱۶ - حیض کی بڑی خرابی - رحم سے خون کا سیلان - مسز ڈبلیو - سکنہ شہر

لیپزگ ۸ سال سے بے قاعدہ حیض ہونے کی خرابی مین مبتلا رہی تھی - حیض بعض اوقات بالکل ہی غائب ہوجاتے تھے - بعض اوقات بہت زیادہ خون خارج ہوجاتا تھا جس سے کہ اوسکی قوت بالکل سلب ہوجاتی تھی

اول اوسنے لیزنگ شہر کے ایک حکیم یعنی ڈاکٹر الیس سے مشورہ لیا تھا جس نے کہ اوسکا علاج ایک عرصۂ دراز تک کیا تھا مگر کچھ بھی کامیابی نہوئی تھی + لیزنگ شہر کے زنانہ شفاخانہ مین جو اوس کا مقامی علاج ناگوار کیا گیا وہ بھی ناکامیاب ثابت ہوا + مین نے اوسکو فریکشن سٹز باتھز روزانہ لینے کی ہدایت کی + نیز معمولی غذاے غیر محرک کا استعمال۔ نتیجہ تعجب خیز ہوا + تھوڑے ہی عرصہ مین مسنز ڈبلیو محض سیلان خون سے ہی پورے طور سے بری نہین ہوگئین بلکہ اس سادہ اور سستے علاج کو چند ماہ جاری رکھنے کے بعد اوسکا اجراے حیض بھی پورے طور سے پھر باقاعدہ ہوگیا اور اوسکی جسمانی قوت بھی جو کہ بالکل ہی سلب ہوگئی تھی پھر واپس آگئی +

نمبر ۱۷- اری سپلس یعنی سرخ بادہ- ایک عورت نے جو کہ چہرہ کے سخت اری سپلس کی مرض مین مبتلا ہورہی تھی ایک مرتبہ مجھسے مشورہ لیا + میری دیگر ہدایات پر چلنے کے علاوہ فریکشن باتھز بھی لینا پڑے جو کہ ٹھیک ٹھیک مریضہ کی حالت کے موافق تجویز کیے گئے تھے + جس وقت کہ بخار اور چہرہ کی سوزش بہت زیادہ بڑھ جاتی تھی تو فریکشن باتھ دو دو گھنٹے تک لینا پڑتا تھا جسمین کہ پانی کا تبادلہ نصف نصف گھنٹے کے بعد اس غرض سے کردیا جاتا تھا کہ بخار کی گرمی کو کم کرے + اسی کے ساتھ سر کے لئے اسٹیم باتھ ایک یا دو مرتبہ روزانہ اور اوسکے بعد فوراً ہی فریکشن سٹز باتھ لئے جاتے تھے اور ان سے ہمیشہ مریضہ کو بڑا چین پڑتا تھا + ایک ہفتے سے کم مین ہی مرض بالکل اچھا ہوگیا اور وہ عورت پیشتر سے اب زیادہ تندرست اور زیادہ تر و تازہ معلوم ہونے لگی +

نمبر ۱۸ - تھیلی نما رسولی- کانون کی جھنجناہٹ + مسز ال سکنجی- زیڈ کے بائین کان کے پیچھے ایک تھیلی نما رسولی قدمین اخروٹ کی برابر موجود تھی- اور اسی کی وجہ سے اوسکے بائین کان مین جھنجناہٹ موجود تھی + تین سال تک ہر ایک قسم کے علاج کا استعمال کرتی رہی تھی- مگر بغیر کامیابی حاصل کئے وہ اپنے دل کو عمل جراحی کرانے کے لئے آمادہ نکرسکی جسکی نسبت کہ رائے اوسکے فیملی ڈاکٹر کی ہوئی تھی + پس وہ میرے پاس آئی + اس موقع پر بھی شفا دینے والے وسایل صرف یہی تھے + یعنی کہ فریکشن باتھز قدرتی غذاء اور تندرستی بخش طرز بسر اوقات + شروع کے چند ہی غسلون کے بعد کانون کی جھنجناہٹ بند ہوگئی اور تھیلی نما رسولی کو چھ ہفتے مین آرام ہوگیا +

نمبر ۱۹ - سائی کوسس یعنی ٹھوڑی پر کُھجلی یا ددوڑے ہوجانا - ریڑھ کا عصبی درد+
مسٹر ایچ - برسون سے مرض اول الذکر مین مُبتلا ہورہے تھے + داڑھی کے مقام پر کل جگہ سُرخ گہرے
رنگ کی ہوگئی تھی - اور ٹیڑی سے اور دانون سے بالکل بھر گئی تھی + مریض نے تمام ادویات کی جوکہ
الوپیتھی اور ہومیوپیتھی علاج مین اسکی ہوسکتی ہین - آزمایش کرلی تھی اور قدیم بیجر کیو طریق علاج کا
بھی استعمال کیا تھا - مگر کامیابی نہوئی تھی + اپنے نئے طریقہ تشخیص کے ذریعہ سے مینے دریافت کرلیا کہ پشت
کی جانب بار مادہ فاسد کی وجہ سے سائی کوسس ہوئی تھی + اور یہ تحقیق ہوکہ مریض چند سال تک
درد ہاے کمر مین مبتلا رہا تھا + بار مادہ فاسد کی خاصیت کے باعث سے شفا بہت
آہستگی سے عمل مین آئی +

اس شخص کے علاج مین بھی آرام کرنے کے وسایل حسب ذیل تھے - یعنی کئی فرکشن باتھ روزانہ -
مناسب غذا - اور ہفتہ وار اسٹیم باتھ - اس ذریعہ سے مریض کا مرض پانچ مہینے مین صحت پاگیا +

نمبر ۲۰ - ضعف باہ - نامردی + مسٹر جی - ساکن مقام ایس - بالکل نامرد تھے - تمام علاج
جنکی آزمایش کی گئی تھی بیکار ہوئے + میرے طریق علاج سے جسکا استعمال اوسنے اپنے گھر پر ہی کیا اور جسمین
کہ فرکشن ہپ باتھ اور فرکشن سٹز باتھ باری باری سے لینے بتلائے گئے تھے اور غیر گوشت کی غذا کا
استعمال کرنا تھا - اوسکے مرض کو چھ ہفتے مین آرام ہوگیا +

نمبر ۲۱ - بچون کا قبض + پادری مسٹر کیو کا شیر خوار بچہ (عمر ۶ ماہ) سخت قبض مین مبتلا
ہورہا تھا جوکہ بہت سی ادویات کے استعمال سے رفع نہوا تھا + بچہ کی پرورش دودھ سے کرتے تھے جوکہ
تین بار جوش دیا جاتا تھا - بچہ کا جسم فارن میٹر سے پُر ہوگیا تھا اور اس وجہ سے اوس کو حرارت بھی رہتی
تھی اور تشنج بھی ہوتا تھا جس نے اُسکو بہت کمزور کردیا تھا +
تشنج کے لئے ڈاکٹر نے سرد پانی کی گدیان بتلائی تھین جوکہ دو دو گھنٹے بعد تبدیل کردی جاتی تھین +
درحقیقت یہ بالکل ناکافی تھا اور بچہ کو ایک دن تو بارہ ۱۲ مرتبہ تشنج کا دورہ ہوا +
اُس وقت اُس کے باپ کو گدیون کے ہر پندرہ منٹ مین تبدیل کرنے کا خیال گزرا + نتیجہ تعجب انگیز ہوا
اور تشنج رفع ہوگیا + لیکن قبض کا سبب ابھی دور نہین ہوا تھا + اُس بچہ کے باپ نے میری کتاب دی

نیوسائنس آف ہیلنگ کو پڑہا اور فوراً اُس شیرخوار بچہ کو دو ہپ باتھز روزانہ دینا شروع کردے۔ حالانکہ پانی بہت گرم لیا گیا (۸۸ تا ۹۳ درجہ فہرن ہایٹ کی حرارت کا) پس اُسکا اثر آہستہ آہستہ ہوا + اور صرف پانچ ہفتے کے بعد اُس بچہ کا ہاضمہ پھر صحیح ہوگیا + لیکن اس درمیان مین غذا بھی تبدیل کردی گئی تھی۔ بچہ کو اب بغیر جوش کیا ہوا دودہ اور جئی کی لپسی دی جاتی تھی جسنے کہ اب اوسکی پرورش جلد ہوئی + بچہ خوش وخرم بھی ہوگیا + حالانکہ وہ پیشتر کمزور اور بیمار رہتا تھا +

نمبر ۲۲- گلٹی کی سولی- آسان زاہیدگی + مسز ایم کی گردن پر گلٹی کی سولیان موجود تھین اور اونکو ڈھکنے کے لیئے ہمیشہ گردن پر رومال باندہا جایا کرتا تھا + اوسنے میرے علاج کو شروع کیا اور بہت استقلال کے ساتھ جاری رکھا + سخت سولیان جلد ملایم ہوگیئن اور قد مین کم ہوگیئن اب مریضہ کی تمام تر حالت بہت عمدہ تھی +

یہ بات کہ اوسکی تندرستی کس قدر عمدہ ہوگئی تھی مسز ایم اپنے دوسری بار کے ایام ولادت مین دیکھ سکین + اُسکا ساتوان بچہ پیدا ہوا۔ اور اوسے اپنی آسان زاہیدگی پر کچھ کم تعجب نہین ہوا + اس دنیا مین یہ بچہ صرف تین بار درد ہونے کے بعد داخل ہوا تھا + بچہ ضرور چھوٹا تھا مگر بناوٹ مین عمدہ تھا اور چونکہ اُس کو بچھری سے دو گھنٹے تک علیحدہ نہین کیا گیا تھا۔ اُسکا سُرخ رنگ بنا رہا۔ حالانکہ اوسکے پیشتر کے تمام بچے بعد پیدا ہونے کے جلد ہی زرد ہوگئے تھے +

مسز ایم نے اپنے ایام حمل مین کسی قسم کا گوشت نہین کھایا تھا۔ اور اُس کو بہت ہی خوش کرنے والا تعجب یہ ہوا کہ وہ تین ماہ تک اس بچہ کو اپنی چھاتی سے دودہ پلا سکی جو بات کہ اسکے قبل وہ ذرا بھی کبھی کرنیکے قابل نہ ہوئی تھی +

نمبر ۲۳- عرق النساء + چند سال گزرے کہ مجھے ایک حکیم نے بلایا۔ جو کہ عرق النساء مین مبتلا ہورہا تھا۔ جو کہ ادویات کے ذریعے تمام علاج کرنے پر بھی زیادہ زیادہ خراب ہوتا گیا + آخرش یہ اسقدر بڑھا کہ مریض نہ تو کھڑا ہوسکتا تھا نہ لیٹ سکتا تھا۔ پس دن رات بستر پر ہی پڑا رہتا تھا + مین نے اُس ڈاکٹر کو دو فریکشن ہپ باتھز روزانہ اور ایک اسٹیم باتھ ایک دن چھوڑکر لینا بتلائے۔ چوتھے ہی دن میرے غسل دینے والے ملازم نے ڈاکٹر بی کی حالت مین ایک قسم کی ترقی

دیکھنے کا ذکر کیا اور کہا کہ مریض کچھ تھوڑا چل سکتا تھا۔ ایک ہفتہ مین ہی افاقہ اسقدر ہو گیا تھا کہ بغیر میری امداد کے بھی علاج جاری رکھا جا سکے + چار ہفتہ مین وہ شکایت رفع ہو گئی +

نمبر ۲۴۔ ڈفتھیریا۔ اسکارلٹ فیور یعنی سُرخ بخار + کچھ عرصہ ہوا کہ مجھے ایک مسٹر ایس کے یہان بُلایا گیا جنکا کہ چھوٹا لڑکا عمر ۹ سال بعارضہ سخت بخار سُرخ اور ڈفتھیریا بیمار ہو رہا تھا۔ اول بات یہ تھی کہ ایک اسٹیم باتھ دیا جائے اور چونکہ میرا بھاپ کے دینے کا آلہ اُس وقت موجود نہ تھا ہمکو اِس غسل کے لئے فوراً ہی تدبیر کرنا پڑی + ہمنے اُس لڑکے کو بید کی بنی ہوئی ایک کُرسی پر بٹھلایا اور ایک برتن قریب ایک گیلن پکتے ہوئے پانی کا اوسکے نیچے رکھا + پاؤن بھی ایک برتن پر رکھے گئے جو کہ نصف دُور تک پانی سے بھرا ہوا تھا اور جسکے مُنہ کے اوپر دو لکڑیان رکھدی گئی تھین + اسکے بعد تمام جسم اوس کا اچھی طور سے ایک اونی کمبل سے لپیٹ دیا گیا تھا۔ مریض کو خوب پسینہ آجانے کے بعد ایک **فریکشن ہپ باتھ** بچاس درجہ فہرن ہایٹ کے پانی مین دیا گیا اسمین اُس کا پیڑو اُس وقت تک مَلا گیا جب تک کہ سر سے تمام گرمی دُور ہو گئی + اس امر کا دیکھنا کہ رُک کر **سانس** کا آنا کس طور سے اس علاج سے رفتہ رفتہ صحیح ہو گیا۔ عجیب تھا اِس وقت تمام خطرہ دُور ہو گیا تھا + لیکن وہان سے چلے جانے کے قبل مین نے اُس لڑکے کی والدہ سے کہدیا کہ اگر چند گھنٹے بعد بخار پھر واپس آجاوے تو فریکشن ہپ باتھ پھر اچھے طور سے اُس وقت تک دینے چاہئین جب تک کہ حرارت رفع نہ ہو جاوے + قریب پانچ دن کے اندر بچہ بالکل صحت پا گیا + خوفناک ڈفتھیریا کے آرام کرنے کا یہ ہی طریقہ ہے جس کے لئے کہ ابھی تک میڈیکل سائنس ایک دوا کی تلاش مین ہے +

نمبر ۲۵۔ بہراپن۔ لیرنگس یعنی آلہ آواز مین رکاوٹ۔ آواز کا بیٹھ جانا +

مسٹر ایس ساکن مقام ٹی۔ نے مجھسے اپنے داہنے کان کے بہراپن و لیرنگس یعنی آلہ آواز مین رکاوٹ کے بارے مین مشورہ لیا + اوسکے بہرہ پن کی وجہ سے اوسکو بولنے مین دقّت ہوتی تھی + بہت سے شفا خانون مین وہ جا چکا تھا اور بہت سے حکما سے مشورہ لے چکا تھا مگر کسی جگہ بھی اُس کو کوئی امداد نہ ملی تھی سائنس آف فیشیل اکسپریشن کے ذریعہ سے اوسکے مرض کی تشخیص کرنے پر مجھے معلوم ہوا کہ بار مادہ فاسد کا سامنے

کی جانب واقع ہے۔ پس نتیجہ موافق کی امید کیجی سکتی تھی + اور جیسے کہ مینے پہلے سے کہدیا تہا دیسے ہی واقعی تھا بھی + دس دن میرے طریق سے علاج کرنے کے بعد اُس شخص نے مجھے اطلاع دی کہ اوس کے بہرے کان مین سماعت پھر واپس آگئی + اور اُسکی آواز کا بیٹھنا اور حلق کے اندر کی مزمن کھڑکھڑاہٹ مین تخفیف ہوگئی + پوری شفا کے حاصل ہونے مین چار ہفتے اور لگ گئے + انجام کار مریض نے یہ کہا کہ اس سے قبل اوسکی طبیعت ایسی اچھی جیسی کہ اب ہے (یعنی مادہ فاسد کے بارسے نجات پانے پر) کبھی نہ معلوم ہوئی تھی +

نمبر ۲۶- نیورس تھینیا- فیرنگس یعنی بلعوم کی مزمن سوزش + شہر لیزگ کے مسٹر کے اعصابی کمزوری کا شکار بن رہے تھے جوکہ بڑہکر انجام کو نیورس تھینیا اور بلعوم کی سوزش ہوگئی تھی بہت سے علاج جوکہ اونسے کرائے تھے بیکار ثابت ہوئے + اس مریض مین مادہ فاسد کی موجودگی کا مقام موافق مراد تھا- اور اس لئے مین اُس کو شفا کے عمدہ موقع ہونے کی امید دلاسکا + اس نیو سائینس آف ہیلنگ نے بھی میرا ساتھ دیا کیونکہ نتیجہ تعجب انگیز ہوا + مریض کے تئین کئی کرائسس مین گذرنا پڑا- مگر انجام کو **نیورس تھینیا** اور **بلعوم کی سوزش** کا نشان باقی نہ رہا اور مریض کو بقول خود اوسکے یہ معلوم ہوتا تھا کہ گویا وہ پھر سے پیدا ہوا ہے +

نمبر ۲۷- چہرہ مین عصبی درد- نیند کا نہ آنا- معدہ کا پھیل جانا- ایک مسٹر آر- بی ساکن مقام آر- عمر ۲۹ سال- عرصہ چار سال سے تشنجی عصبی درد مین مبتلا ہو رہے تھے + اُنھون نے بغیر کچھ بھی امداد حاصل کئے ہوئے بہت سے اطبا سے مشورہ لیا تھا اور ایک مشہور پروفیسر نے اونکو عمل جراحی کرانے کا مشورہ دیا + یہ خیال مریض کو پسند نہ آیا- پس اُس نے میرے طریق علاج کی آزمایش کی + **سائنس آف فیشیل اکسپرشن** نے دہنی جانب پر بار مادہ فاسد کا ہونا ظاہر کیا جسکی وجہ سے کہ درد اور تشنج ہمیشہ چہرہ کے دہنی جانب ہی ظاہر ہوئے + بیشک اس خرابی کی جڑ معدے مین تلاش کرنا پڑی تھی اور یہ ایک امر واقعی تھا کہ وہ مریض **معدے کے پھیل جانے** کے مرض مین مبتلا ہو رہا تھا + میرے علاج سے اُسکا ہاضمہ درجہ اعتدال پر اور باقاعدہ حالت پر ایک ہفتے کے اندر ہی آگیا + اور تین ہفتے کے بعد **مسٹر بی** تمام شب بغیر کسی درد کے سو سکتے تھے جوکہ چار ہفتے تک اونکے لئے غیر ممکن

ہوگیا تھا + دو ماہ مین مسٹر بی کو اپنے تکلیف دہ امراض سے چھٹکارہ ملگیا اور اونکی شکل نے بھی بہتری کی جانب بہت کچھہ تبدیلی حاصل کرلی تھی +

نمبر ۲۸ - اسکروفیولا (خنازیر کنٹھ مالا) کلوروسس - دُور کی شے عمدہ دیکھنا -

گلٹیان پیپ ورم + مس - ایچ - جی - ایک مدرسہ متاہم جی کی معلمہ چند سال سے عارضہ کلوروسس - اور اسکروفیولا - (خنازیر کنٹھ مالا) مین مبتلا ہورہی تھی - جسکے بعد کہ آخرش بہت خراب سوجن گلٹیون کی اور رسولیان نیز دُور سے ہی اچھے طور سے نظر آنے کی شکایتین ہوگئی تھین + دُور سے دیکھنے کی اس شکایت کی وجہ سے مس جی خاص قسم کی عینک کا استعمال کرنے پر مجبور ہوئی تھی اور عینک آئندہ کے لئے جلد ہی ناکافی ثابت ہوئی پس عینک کے علاوہ اونکو ایک قسم کے آلہ کا استعمال کرنا پڑتا تھا + ایک دوست نے اوسکی توجہ میرے طریق علاج کی جانب مائل کرائی - اوسنے نصف سال تک اسکا استعمال بہت ہی بڑی ایمانداری کے ساتھ کیا + اوسنے دو فریکشن سٹز باتھز روزانہ ۱۵ لغایت ۲۰ منٹ کے لئے اور دیگر باتون مین بھی قواعد حفظ صحت کے مطابق زندگی بسر کی + نتیجہ کامیابی کا ہوا - اوّلاً ہاضمہ نے قابل لحاظ ترقی کری + اسکے بعد گلٹیون کی سوجن یکے بعد دیگرے رفع ہوگئی اور اسی کے ساتھ مرض پھیپھڑون کی جانب رجحان طبیعت بھی جاتا رہا + گلٹیون کی تمام سوجن غائب ہوجانے کے بعد آنکھون کا مرض بھی اچھا ہونے لگا اور ایک سال گزرجانے کے بعد مس جی کو آئندہ عینک کی ضرورت نہ رہی + خصوصاً آنکھونکا علاج کرنے والے بڑے بڑے حکما ، جو بات حاصل نکرسکے وہ بات مین نے اس اپنے نیو سائنس آف ہیلنگ کے ذریعے سے حاصل کرلی +

نمبر ۲۹ - بچون کا قبض اور نیند کا نہ آنا - آنکھونکا سوج جانا - مقام میتھم کی ایک

میم صاحبہ ایچ - اپنی چھوٹی دختر شیر خوار - عمر دو ماہ کو لیکر میرے مشورہ کے لئے تشریف لائین + اوس بچہ کو قبض کی اور نیند نہ آنے کی شکایت تھی - یہ ثبوت اسکا ہے کہ بچہ اس دنیا مین ضرور بار مادۂ فاسد کا لیکر داخل ہوا ہوگا + اور جیسا کہ مین نے اپنے سائنس آف فیشل اکسپریشن کے ذریعہ سے معلوم کیا اوسکی والدہ کو سوء ہضمی کا عارضہ تھا اور علاوہ اسکے پہلے ایک عرصۂ دراز سے آنکھون کی سوزش مین وہ مبتلا رہی تھی + چونکہ بچہ کی ماں خود ہی اُس بچہ کو اپنا دُودھ پلاتی تھی پس اول کام یہ تھا کہ ماں کے جسم کو بار مادۂ فاسد سے

پال کیا جاے + مان کے روزانہ ایک **فریکشن سٹز باتھ** اور ایک **فریکشن ہپ باتھ** لینے سے اور غیر محرک غذا استعمال کرنے سے اور تازہ ہوا مین زیادہ قیام کرنے سے یہ بات حاصل ہوگئی + بچہ کو پسینہ لانے کی غرض سے اوسکی مان اوسکو اپنے ہی پاس سُلاتی تھی - دو دن علاج کرنے کے بعد بچہ کا قبض اور نیند نہ آنے کی شکایت رفع ہوگئی - اور ایک ہفتہ کے اندر والدہ کی خرابی ہاضمہ اور آنکھون کی سوزش بھی رفع ہوگئی +

اس موقع پر پھر ایک ثبوت اس امر کا ملتا ہی کہ قدرتی غذا استعمال کرنے سے مان کا اثر اوسکے بچہ پر پڑتا ہے ۔ ایسے چھوٹے بچہ کا براہ راست علاج کرنا بہت کم قابل اطمینان ہوا ہوتا + مان کے اندر یہ مادہ فاسد کا بار ہی تھا جو کہ بچے کے مرض کا باعث تھا +

نمبر ۳۰ سائی نوسس یعنی تمام جسم کا نیلا پڑجانا + مسٹر ای - ایچ - ساکن مقام بی - کی چھوٹی لڑکی عمر ۱۲ سالہ اس مرض مین مبتلا تھی + مینے لڑکی کے باپ کو سمجھایا کہ مرض کی ایسی بڑھی ہوئی حالت مین خصوصًا ایسی زیادہ کمزوری کی حالت مین اور ایسے موقع پر جہان کہ ادویات کا استعمال اسقدر کثرت سے کیا جا چکا ہے - شفا کے حاصل کرنے کا موقع بہت کم ہے - اور شفا کا ہونا صرف اوسی وقت ممکن ہے اگر پیڑو اور ہاضمہ اس قابل ہین کہ اونپر اثر علاج کا پڑسکے + اس طور سے بہت کم امید رکھ کر بچہ کا علاج شروع کیا گیا + مگر ایک ہفتہ کے اندر ہی مریضہ کی حالت ایسی بہتر ہوگئی تھی کہ اوسکو بھوک اچھی لگنے لگی اور ہاضمہ بھی اچھا ہوگیا + چار ہفتہ کے اندر **سائی نوسس** بالکل اچھی ہوگئی - اسکے لئے بچہ کے جسم کی اصلی طاقت زندگی کا شکریہ ادا کرنا چاہیئے +

نمبر ۳۱ - اوقات معینہ پر قے کا ہونا - پھیپھڑونکی خرابی - کلوروسس -

مسٹر ایم ساکن مقام ایل کو بارہ ۱۲ سال سے عارضہ خاص اوقات پر قے ہوجانے کا تھا اسکے لئے اونکو کسی علاج سے نفع نہین ہوسکا تھا + ہفتہ مین ایک یا دو مرتبہ ہمیشہ قے ہوجانے کے حملے ہوا کرتے تھے - ہر مرتبہ یہ حملہ صبح کے وقت سوکر اوٹھنے سے شب مین سونے کے وقت تک قایم رہتا تھا + میرے ہپ باتھ اور فریکشن سٹز باتھ و غیر محرک غذا کے استعمال کا اور میرے دیگر تمام ہدایات پر عمل کا نتیجہ بہت ہی عمدہ ہوا + بجاے اُسکے زرد اور مٹی کے سے رنگ کے مریض مین تازگی اور تندرستی معلوم ہونے لگی + اوس کا

ہاضمہ جو کہ پیشتر گر گیا تھا اب پورا پورا صحیح ہو گیا۔ قے کے حملے بند ہو گئے + چار ہفتے کے بعد وہ مریض میرے پاس پھر آیا تاکہ اس شفا کے لئے میرا شکریہ ادا کرے + اوسنے مجھے یقین دلایا کہ وہ بالکل از سر نو زندہ ہو گیا ہوا معلوم ہوتا ہے +

نمبر ۳۳ - دل کی سخت بیماری - خون کا رک جانا - نیند کا نہ آنا - دل کی شریان کا اُبھر آنا - دمہ

میم صاحبہ ایم - متوطن ایچ - عمر ۵۰ سال کو تمام مذکورہ بالا عوارض لاحق تھے - پیوستہ سالہائے گزشتہ مین اونکا **دمہ کا مرض** بہت ہی خراب ہو گیا تھا + آخرش داہنی چھاتی مین درد معلوم ہونے لگے + جو کہ متواتر زیادہ زیادہ شدید ہونے لگے + مریضہ کو اختلاج قلب کی بھی شکایت ہوئی اور گھبراہٹ کے دورے بھی پڑے - جانسوز درد اور سانس لینے مین بھی دقت کی وجہ سے مریضہ کو ذرا بھی نیند نہ آتی تھی - مریضہ دس قدم بھی چل نہ سکتی تھی اور گفتگو کرنا اوسکو بہت ہی مشکل معلوم ہوتا تھا + اسکے بعد ایک دن داہنی چھاتی پر گردن سے نیچے (مگر بہت دور نہین) ایک شریان انگلی کی برابر موٹی دفعۃً اُبھر آئی - یہ بہت زور کے ساتھ پھڑکتی تھی - دل سے بھی زیادہ تیزی کے ساتھ + حکمائے حاضرین جنمین کہ ایک بہت مشہور طبیب بھی موجود تھے - اس واقعہ پر بالکل لاچار ہو گئے - آخر کار انھون نے یہ تجویز کی کہ یہ واقعہ **دل کی شریان اُبھرنے کا ہے** اور مریضہ کو متنبہ کر دیا کہ ممکن ہے کہ یہ شریان اپنی آخری حد تک خون سے بھر کر کسی لمحہ پھٹ جاوے اور موت واقع ہو جاوے + پانچ ڈاکٹرون نے (جنمین کہ ایک بہت مشہور طبیب بھی شامل تھا) اس مریضہ کو جواب دیدیا تھا - پس جبکہ یہ مریضہ میرے پاس علاج کے لئے آئی اوس کو کوئی امید باقی نہ تھی + مین نے اپنے طریق کے موافق اُسکا امتحان کیا - اور مجھے معلوم ہوا کہ ان مختلف خرابیون کا باعث اوسکے معدہ کی ایک پرانی بیماری تھی - اول اس سے (معدہ کی پرانی خرابی سے) دمہ پیدا ہوا - تب **دل کی بیماری** اور ہیماس ٹیسس (خون کا رک جانا) + تین فریکشن باتھ روزانہ اور قدرتی غذا نے بہت ہی عمدہ نتایج دکھلائے کیونکہ ایک ہفتے مین تمام درد جاتا رہا + اور دو ہفتے مین اُس اُبھری ہوئی دل کی شریان کا پھڑکنا بند ہو گیا - اور تین ہفتے مین اُن تمام خرابیون کا جو کہ معدے کی مزمن خرابی کے باعث پیدا ہوئی تھین - نشان بھی نہ رہا + یہ ایک نیا ثبوت میرے اصول

متعلق وحدانیت امراض کی سچائی کا ہے +

نمبر۳۳- ڈفتھیریا+ ایلس-بی بارہ[۱۲] سال کی عمر کی ایک لڑکی مرض ڈفتھیریا مین سخت بیمار تھی
ایک الوپیتھک ڈاکٹر نے ہر قسم کی ادویات کا استعمال بغیر کسی قسم کے نفع پہونچانے کے کرلیا تھا + حلق
خاصکر داہنی جانب زیادہ سُوجا ہوا تھا اور اندر کی جانب ایک سبزی مائل تہ سے رُکا ہوا تھا - جو کہ
بہت ہی خراب بدبو دیتی تھی اور مثل اونگلی کے موٹی تھی + پس وہ بچہ دم گھٹ جانے کے بڑے خطرے مین تھا +
طبیب نے اُس بچہ کے لئے فوراً شفاخانہ پہونچا دینا تجویز کیا تاکہ ٹریکیوٹومی کا عمل جراحی کیا جاسکے -
خوش قسمتی سے اوسکے والدین نے اسپر دھیان نہ دیا اور پس آخر وقت مین میرے طریق علاج کا استعمال کیا گیا -
سب سے اول بات یہ تھی کہ بہت دیر تک کے لئے ایک فریکشن سٹز باتھ لینا تجویز کیا گیا - اس غسل کرنے کی
حالت مین بخار ظاہراً ہی گھٹ گیا - اسی کے ساتھ اوسکی سوجی ہوئی گردن کا بہت زیادہ تناؤ بھی کم ہونے لگا +
اب فریکشن سٹز باتھ جتنے زیادہ مرتبہ ضروری معلوم ہوئے دئے گئے اور ہر ایک غسل کے بعد پسینہ لایا گیا -
اُس کمرے کی کھڑکی جہان کہ مریضہ رہتی تھی دن رات کھلی رکھی گئی + ۱۲ گھنٹے مین تمام خطرہ دُور ہوگیا +
چار یوم مین گردن کی سوجی اور اندر کی تہ غائب ہوگئین + ایک ہفتے کے اندر ہاضمہ پھر صحیح ہوگیا -
گو کہ مینے اُس بچہ کے تیئن معہ جو کر کے آٹے کی خشک روٹی اور بغیر اُبالے ہوئے ترش پھلون پر ہی
بسر کرنے کے لئے اُس وقت بھی اصرار کیا + دسوین دن مین نے اوسکے والدین کو ہدایت کی کہ اوس کو باہر
دہوپ مین جانے دین + پندرہوین دن مریضہ پھر تندرست بتلائی جاسکی +

نمبر۳۴- سرطان ہونٹھ + ایک سن رسیدہ شخص عمر ۷۲ سال کا علاج چھ سال سے بہت
مشہور ایلوپیتھک اور ہومیوپیتھک اطبا - سرطان ہونٹھ کے عارضہ کے لئے کر رہے تھے + ہونٹھ کے
اوپر سرطان کی پیدائشین متواتر بڑھتی جاتی تھین اور ایک قسم کا تکلیف دہ اور متواتر اجرا
تھوک کا موجود تھا - مینے مریض کا امتحان کرکے معلوم کیا کہ بار مادہ فاسد کا سامنے کی جانب اور بغلین
کی جانب سے اوٹھکر سر کی طرف کو گیا ہے + میرے علاج کا نتیجہ جلد ہی ظاہر ہوگیا + اول ہی دن تھوک
نگلنے کی ناگوار حالت بند ہوگئی اور نئی پیدائشین اور سرطان کے نیچے اور کشادہ زخم -
کم ہونے لگے + دس دن کے اندر ہی آخر الامر آرام ہونے لگا اور بمقابلہ پہلے کے ہونٹ کا قد و قامت

ایک ثلث یا ۱/۳ رہ گیا تھا + گیارہ دن کے اندر اُس مریض کو وہ نتیجہ حاصل ہوا جو کہ پیشتر کے چھ سال کے علاج حاصل نکر سکے + اس موقع پر پھر ایک واقعہ سرطان کے شفا کرنیکا ہے جس کو کہ پیشہ طبابت (یہ بات اچھی طور پر معلوم ہے) غیر ممکن تبلاتا ہے +

نمبر ۳۵ - حلق کا مرض - سرخ ڈفتھیریا + اسٹایریا کے رہنے والے کارل - بی عمر ۸ سال کو اوسکی ماں علاج کرانے میرے پاس لائی + ماں نے اپنے بیٹے کی تندرستی کے متعلق ایک رپورٹ حسب ذیل دی ہے +

۲ سال کی عمر تک وہ پورے طور سے تندرست رہا تھا + مگر اُس وقت سے بوجہ ٹیکہ لگنے کے ہمیشہ بیمار رہا - اوّلاً اُس کو تین سال کی عمر میں ڈفتھیریا ہو گیا تھا - جو کہ ادویات سے دبا دیا گیا تھا + اس بیماری کے بعد وہ لڑکا کبھی بھی مضبوط نہ رہا تھا اور آواز بھی بہت زیادہ کمزور ہو گئی تھی + حلق کے کوّے پر سفید داغ ہمیشہ معلوم ہوتے تھے - چھوٹے سے چھوٹے موقعہ پر حلق ایسا سوج گیا تھا جیسا کہ مرض ڈفتھیریا میں - علاوہ اسکے اُس مرض کے ہونے کے وقت سے اس لڑکے کا ہاضمہ بمقابلہ پیشتر کے بہت زیادہ خراب ہو گیا تھا + ماہ مارچ ۱۸۹۰ء میں کسی خوف کے باعث سے اس بچہ کو گٹھیا کا مرض ہوا اور تین ہفتہ تک وہ بیمار پڑا رہا + اسکے بعد یہ لڑکا ایسا نا تندرست ہوا کہ اوسکی تندرستی حاصل کرنے کے لئے بطور آخری چارہ کار کے یہ تجویز کیا گیا کہ لوئی کوہنی کے کارخانہ واقع شہر لیزگ میں اوس کا علاج کیا جاوے - ۱۵ ار اپریل کو یہ علاج شروع کیا گیا +

میرے علاج کا اثر تعجب خیز ہوا - دوسرے ہی دن ہاضمہ نے ترقی کی + تیسرے دن مرض ڈفتھیریا جو کہ دبا دیا جا چکا تھا اچھی سختی کے ساتھ پھر ظاہر ہوا + ان نازک اوقات (کرائی سس) میں گذرنا ضروری تھا کیونکہ جسم کے اندر بہت زیادہ دوا پوشیدہ پڑی تھی + پانچویں دن بہت مقدار میں ایک دست بہت ہی خراب بودار کالے رنگ کے پاخانے کا ہوا اور ایسے ہی پیشاب بھی قہوہ کے رنگ کا خراب بدبودار خارج ہوا + یہ مادہ فاسد خارج ہونے کے بعد پانچ ہفتے میں لڑکا بالکل شفا پا گیا اور اوس کی جسمانی اور دماغی حالتیں بالکل تبدیل ہو گئیں +

نمبر ۳۶ - پالی پائی (انگریزی) یعنی نکڑا یا ناک میں انجماد خون - سوبہ ہفی + مسٹر بی ساکن

مقام نرپلڈ پیشہ عطاری کو بتیس۳۲ سال سے ضعف معدہ اور بے قاعدہ ہاضمہ کی شکایت تھی + اوسکے
بڑے شفاخانہ مین جلاب کی ہر قسم کی دوا موجود تھی مگر باوجود اونکے خوب استعمال کرنے کے اونکا کوئی
اثر اب نہوتا تھا + تھوڑے عرصہ تک کسی دوا کا عمل تو حسب دل خواہ ہوتا تھا مگر جلد ہی وہ بالکل بے اثر
ثابت ہوجایا کرتی تھی + اوسکے خراب ہاضمہ کے باعث اور دواؤن کے متواتر استعمال کے باعث اوسکے
قریب قریب سب دانت خراب ہوگئے تھے + اسی کے ساتھ ناک اور ہوا کی نالیون مین پالی پائی
نمودار ہوتین اور کسی طرح سے رفع نہوتی تھین + معدہ کی مزمن خرابی کا وہ درحقیقت ضروری نتیجہ تھین +
چھبیس۲۶ بار یہ پالی پائی عمل جراحی کے ذریعے دور کی جاچکی تھین مگر وہ اور بھی زیادہ نکل آتی تھین + اس موقعہ
ہر شخص یہ بات دیکھ سکتا ہے کہ (یکے میڈیکل سائنس کی غلط ہدایات مین پڑکر) حکما کے لئے روزانہ زندگی کے
واقعی عملدرآمد سے کچھ بات سیکھنا کسقدر مشکل ہے + میرے طریق علاج پر عمل کرنے سے مسٹر پی کو ایک ہفتہ
کے اندر اس سے زائد نفع حاصل ہوا جو کہ اونکو تمام بتیس۳۲ سال کے استعمال ادویات سے حاصل ہوا تھا +
پالی پائی کا نکلنا رفتہ رفتہ بند ہوگیا + چار ہفتہ مین بض کو شفا ہوگئی + مسٹر پی نے اس طور سے میرے
طریق علاج کا تجربہ اپنے ہی جسم پر کرلیا اور اوسکے اثر سے ایسا متعجب ہوا کہ مجھسے رخصت ہونے کے وقت
اس نے کہدیا کہ آیندہ عطاری کی دوکان کرنے کے لئے اسکا ایمان اس کو اجازت نہین دیسکتا + وہ اس امر
کو دیکھ سکا کہ دوکان رکھنے سے وہ لوگون کو محض دھوکے مین ڈالے گا اور اونمین سمیت پھیلا دیگا + اس لئے
اوسنے اپنے کارخانہ کو جہانتک جلد ہوسکے فروخت کردینے کا ارادہ کرلیا +

نمبر ۳۷۔ سینٹ وائی ٹس ڈانس یعنی کوریا اور نیند کا نہ آنا + ان شکایات مین مبتلا مسمیٰ حکیم
جی۔ ساکن مقام ایل۔ کی چھوٹی لڑکی عمر پانچ سالہ مبتلا تھی + اوسکے تمام جسم مین تشنج تھا۔ نہ وہ
چل پھر سکتی تھی۔ نہ بول سکتی تھی۔ نہ سو سکتی تھی نہ کسی شی کو پکڑ سکتی تھی اور نہ اپنی غذا ہضم کرسکتی تھی +
ہر طریق علاج کی آزمایش کرنے کے بعد مریضہ میرے علاج مین آئی + ہپ اور فریکشن سٹز باتھ
(آخر الذکر ذرا زیادہ عرصہ تک) تازہ ہوا مین محنت اور مناسب غذا کا جلدی حسب دلخواہ اثر ہوا۔
پس یہ بچہ ایک ہفتہ کے اندر ہی چلنے پھرنے کے قابل ہوگیا +
علاج جاری رکھنے پر پوری پوری شفا عمل مین آئی۔ ہاضمہ جوکہ بالکل ہی کمزور ہوگیا تھا

اب بالکل صحیح ہوگیا۔ میرے اُس طریق علاج کی پیروی کرنے سے جسمین کہ بغیر ادویات یا بغیر کسی دوسری ڈاکٹری امداد کے امراض کا یکسان طریق مین شفا کرنا ہوتا ہے یہ تمام بات حاصل ہوئی تھی +

نمبر ۳۸۔ اعصابی تشنج کے دورے۔ میم صاحبہ جی۔ عجیب قسم کے تشنج مین گرفتار تھین۔ اونگلیون کے سرون مین یہ شروع ہوا کرتے تھے اور سر تک پہونچتے تھے۔ اور مریضہ کو بہت ہی زیادہ تکلیف دیتے تھے + مریضہ کا اوسکے مقام کے بہت ہی نامآور حکمانے معالجہ کیا تھا مگر کچھ کامیابی نہوئی تھی۔ برخلاف اوسکے مریضہ کی حالت اور بھی زیادہ خراب ہوگئی + ڈاکٹرون نے غلطی سے علاماتِ مرض کو اصل مرض سمجھا اور مرض کے اصل مقام یعنی پیڑو کو بالکل نظرانداز کردیا + کوئی تعجب نہین کہ مرض اور زیادہ خراب ہی ہوگیا۔ نتیجہ یہ ہوا کہ میم صاحبہ جی مجھسے مشورہ کو آئین + میتے فرکشن سٹز باتھز تجویز کئے اور قدرتی طریق مین زندگی بسر کرنا بتلایا + سات ہفتے مین اس لیڈی کو اُس مرض سے بالکل شفا ہوگئی جسمین کہ وہ برسون سے مُبتلا تھی +

نمبر ۳۹۔ بدخوابی۔ ریڑھ کے گودے کا زایل ہونا۔ نیند کا نہ آنا۔ سوزش اعصاب مین فالج + مسٹر ایچ عمر ۴۲ سال جوکہ میرے پاس بغرض علاج آئے ان امراض کی شکایت تھی + چلنے اونکو بہت بڑی تکلیف ہوتی تھی اور بیٹھ کر اوٹھنا بھی اونکے لئے ایک مشکل امر تہا۔ برسون سے اونکو خرابی ہاضمہ۔ نیند نہ آنے اور جسمانی گرمی مین کمی کی شکایت لاحق تھین۔ بدخوابیون کی بھی شکایت اونکو تھی۔ حالانکہ اونکی بی بی موجود تھی۔ یہ ایک یقینی پہچان اس امر کی ہے کہ پشت کی جانب بار مادہ فاسد کا بہت زیادہ ہے۔ نیز اعصابی خرابی کی علامت ہے + میڈیکل سائنس نے اونکو جواب دیدیا تھا کیونکہ اُس شخص نے ہر دوا کا جوکہ ملسکتی تھی استعمال کرلیا تھا + مینے مریض کے لئے دو **فریکشن ہپ باتھز** روزانہ شروع کے دو ہفتون مین لینے بتلائے۔ اسکے بعد چار ہفتے تک ایک **فریکشن ہپ باتھ** اور دو فریکشن سٹز باتھز روزانہ لینے تجویز کئے + کامیابی تعجب انگیز ہوئی۔ صرف چند ہی غسلون کے بعد ہاضمہ نے ترقی کی۔ اور چند ہفتون مین مفلوج کی ٹانگون مین تیزی معلوم ہوئی۔ دو ماہ مین **ریڑھ کے گودے کا زایل ہونا** بالکل اچھا ہوگیا +

ایک ثبوت میرے نئے طریق علاج کی سچائی کا اور میڈیکل سائنس کی ناقابلیت کا موجود ہے +

نمبر ۴۰ - بہراپن - گونگاپن - دماغ کا خون آلودہ ہو جانا - میم صاحبہ ایس سکنہ مقام ایل کی چار سالہ لڑکی گونگی بہری تھی - بقول اوسکی والدہ کے یہ نتیجہ بخار کا تھا - بنئیاں ادویات کا لگانا بیکار ثابت ہوا + وہ بیچاری بچی بذریعہ اعمال جراحی اور بکاٹ کرنیوالی ادویات کے استعمال سے بہت ہی دق ہو چکی تھی اور اُس وقت مین جبکہ وہ کبھی کسی حکیم کو دیکھتی تو چلاتی + اوسکے چلانے اور ڈرنے کی وجہ سے مین بخوبی اُس بچی کے مرض کی تشخیص کر سکا - لیکن تاہم اسقدر معلوم کر لیا کہ اوسمین مادہ فاسد کا بار بہت ہی موجود ہے اور یہ کہ اوسکا دماغ **خون آلود** ہو گیا ہے + مینے محض فریکشن باتھ ہی تجویز کئے - اور خشک حالت مین غیر محرک قدرتی غذا کا استعمال بتلایا - اور کھڑکیاں کھول کر سونا اور تازہ دہوپ دار ہوا مین کافی محنت کرنا + نتیجہ بہت ہی موافق مراد ہوا اور دو ہفتہ مین اوسکی والدہ نے مجھے خبر دی کہ اوسکی بچیا اب بہت بہتر ہے اور کچھہ سُن سکتی ہے + دیگر چار ہفتون مین یہ چھوٹی مریضہ بالکل اچھی ہو گئی سُن سکتی تھی اور بول سکتی تھی اور اب اسقدر شرمیلی نہ تھی +

نمبر ۴۱ - سخت قبض - ڈاکٹر الیف ساکن مقام اسے کی بی بی کو بیس ۲۰ سال سے سخت قبض کا عارضہ تھا جو کہ کسی دوا سے اچھا نہین ہو سکا تھا + جبکہ وہ مجھہ سے مشورہ کے لئے آئین تو اونہون نے علانیہ اس امر کو تسلیم کیا کہ اسقدر تجربہ کے بعد اوس کو آرام ہو جانے کی کوئی امید باقی نہین رہی ہے + میری صلاح خصوصاً متعلق قدرتی غذا پر ایک ہفتہ عمل کرنے کے بعد اونکی شکایت رفع ہو گئی ساتھہ ہی ساتھہ کئی ایک دیگر چھوٹی چھوٹی شکایتین بھی رفع ہو گئین + غذا کے متعلق یہ بات تھی کہ مریضہ کو کچھہ عرصہ مع چوکر کے آٹے اور ترش پھلون پر گذر کرنا پڑی - یعنی اُس وقت تک جب تک کہ وہ اس حالت کو نہ پہونچ گئین کہ پکّی ہوئی غذا ہضم کر سکین +

چٹھیات شکریہ

نمبر۲۴۔ سوزش حلق۔ مثانہ اور گردون کا مرض۔ امرض آلات تناسل

پیارے مسٹر کوہنی !

وہ علاج جسکے کرنے کی مجھے آپ نے اپنی چٹھی مین صلاح دی تھی بہت ہی کامیاب ثابت ہوا۔ مثانہ اور گردون کی خرابیان پہلے سے اچھی ہوگئین ہین۔ نیز مرض آلہ تناسل کیونکہ اب مواد بہت ہی کم نکلتا ہے + حلق کے اندر چبھنے کا سا درد رفع ہوگیا ہے (یعنے ایک زرد رنگ کی پھوڑیا بھی حلق مین دیکھی تھی) بمقابلہ پیشتر کے اب مین بہت تر و تازہ معلوم ہوتا ہون + اس مشورہ کی بابت جو کہ آپکی چٹھیون مین درج ہے اور جو کہ اسقدر کارآمد ثابت ہوا ہے آپکا شکریہ ادا کرتا ہون +

ازمقام برام برگ[1]　　آپکا بہت ہی وفادار ای۔ ایم[2]

---

[1] ہر چٹھی کے آخر مین داہنی جانب نام اُس مقام کا جہان سے کہ وہ چٹھی لکھی گئی ہے تحریر ہے + ۱۲

[2] چٹھی کے آخر مین بائین جانب پورا نام یا نام کے چند حروف درج ہین۔ اور یہی طریقہ کل چٹھیات مین اختیار کیا گیا ہے + ۱۲

نمبر ۴۳۔ گھٹنے کے جوڑ کی سوزش۔ بہت گھبراہٹ۔ دماغ کا خون آلودہ ہوجانا۔ عضلات دل مین چربی کا جز بڑھ جانا۔ مرض جگر۔ گردے کا مرض۔ آنتون کی بیماری

پیارے صاحب! تھوڑا عرصہ ہوا کہ مین داہنے گھٹنے کی جوڑ کی سوزش (۲۲-انچہ گھٹنے کی گولائی ہوگئی تھی) کی وجہ سے آپکے شفاخانہ مین گیا تھا۔ اور ۱۸ یوم علاج کرانے کے بعد پھر گھر پر واپس آیا ہون۔ پرہیزی غذا کے ہمراہ فریکشن ہپ باتھ اور روشنی کے غسلون نے امداد ہے سن باتھ یعنی دہوپ کے غسلون سے دیکھو صفحہ ۱۴۶ و ۱۴۷) میرے گھٹنے کا دور صرف ۱۷- انچہ کا کردیا۔ مین اپنی گئی ہوئی تندرستی کا پھر حاصل کرلینا آپ کی ہی مشہور کتاب "دی نیو سائنس آف ہیلنگ" کے (جو کہ مین نے چند سال ہوے خرید کی تھی) باعث سے سمجھتا ہون + بعد کو کچھ عرصہ تک میننے آپکی بتلائی ہوئی غذا۔ اور فریکشن سٹز باتھ کا استعمال کیا۔ اور آپکے طریقہ علاج کے ذریعہ سے نجات حاصل کری۔ یعنی **بہت گھبراہٹ سے۔ دماغ کے خون آلودہ ہوجانے سے۔ عضلات دل مین چربی کا جز بڑھ جانے سے۔ گردون اور جگر کے امراض سے۔** حالانکہ آخرالذکر بیماری کو اطبا نے لاعلاج بتلا دیا تھا + آنتون کی شکایتون نے بھی اپنا اظہار کیا تھا لیکن رفع ہوگئین + بغیر طلب کی ہوئی اس سند کا آپ کسی سرکاری یا قانونی غرض کے لئے چاہین تو استعمال کرسکتے ہین +

از مقام ٹرانٹیا داقع یوہیما۔

بہت ہی سچی شکرگزاریون کے ساتھ
آپکا وفادار راقم **کارل ایچ**

نمبر ۴۴۔ سخت امتلائی دردسر

پیارے مسٹر کوہنی! ایک عرصہ سے مین اس بات کا ارادہ کرتی رہی ہون کہ اپنے دلی شکریے آپکی خدمت مین بھیجون لیکن اس وقت تک کوئی نہ کوئی امر ایسا ہوا ہے کہ جس سے مین ایسا نکرسکی + شاید آپکو میری نسبت یاد ہے کہ ماہ اگست گزشتہ مین مین اپنی لڑکی کے ساتھ بہ سفارش بیم صاحبہ این ساکن مقام **ایل** آپ کی خدمت مین حاضر ہوئی تھی تاکہ آپکی امداد اپنے سخت اور دیرینہ

امتلائی درد سر کے متعلق حاصل کردن + آپکے پاس پہونچنے کے دوسرے ہی دن مین بہت ہی خوفناک امتلائی دردسر مین مبتلا ہوئی۔ اسکو آپ نے بھی دیکھا تھا کیونکہ آپنے مہربانی کرکے ایک گھنٹہ اپنے بیش بہا وقت کا ہمارے واسطے صرف کیا جبکہ ہم آپکے باغ مین بیٹھے تھے + اُس وقت سے مجکو امتلائی دردسر کی کبھی بھی شکایت نہوئی۔ اسکے لئے مجھے خداوند کریم کا شکریہ ادا کرنیکے بعد آپکا بھی شکریہ واجب ہے + مین ہر وقت ایسی خوش اور سبک معلوم ہوتی ہون جیساکہ اپنی حالت جوانی مین۔ اور اسلئے مجھے اُس غذا کے استعمال جاری رکھنے مین جوکہ آپنے تجویز کی ہے کوئی دقت معلوم نہین ہوتی + غسل بہت ہی مفید ثابت ہوتے ہین پس کوئی شخص ایک غسل کا بھی ترک کرنا روا نہین رکھ سکتا + صرف اسٹیم باتھ کے طیار کرنے مین کچھہ دقت پڑتی ہے کیونکہ میرے پاس اس غسل کے لینے کا آپکا ایجاد کیا ہوا آلہ موجود نہین ہے + پس مین آپ سے درخواست کرتی ہون کہ مہربانی کرکے آپ مجھے ایک آلہ بھاپ سے غسل لینے کا معہ ضروری تین برتنون کے روانہ فرمائیے + میری لڑکی آپکو سلام کہتی ہے +

ازمقام بیلفیلڈ　　　متواتر شکرگزار یون اور بڑی محبت کے ساتھ مین ہون آپکی صادق مسنر ای۔ ایچ۔

نمبر ۴۵۔ روماٹزم یعنی وجع مفاصل۔ نقرس۔ فالج۔ عرق النسا۔ آنکھ کی بیماری۔

میٹی (دستخط ذیل مین ثبت ہین) امراض مذکورہ مین موسم خزان ۱۸۹۲ء مین بیمار ہوگیا اور ساڑھے تین سال مین بھی کسی علاج نے منجملہ مختلف علاجون کے جو کئے گئے مجھے صحت نہ بخشی + اس شہر کے زاید از بارہ مشہور پروفیسران و اطباء نے میرا علاج بغیر کامیابی کے کیا تھا۔ آخرکار ایک پروفیسر اور ایک ڈاکٹر متعینہ یونیورسٹی ہاسپٹل نے مجھے مسٹر ایل کوہنی سے مشورہ لینے کی سفارش کی۔ پس اس وقت تک ۳½ سال کے اندر میرا علاج شہر لیزگ کے بہت مشہور اطبا نے کیا تھا۔ مگر میری حالت دمبدم زیادہ خراب اور ردی ہوتی گئی + صرف تین ہفتہ کے عرصہ مین مسٹر لوئی کوہنی نے اپنے نئے طریق علاج کے ذریعے سے مجھے پورے طور سے اچھا اور کام کرنے کے قابل کر دیا +

ازمقام انگر۔ شہر لیزگ　　　راقم۔ ایچ۔ کے۔

نمبر ۴۶۔ پھیپھڑے مین سل کے دانے۔ دل کا نقص۔ دانتون کا خراب ہوجانا۔ انتڑیونکی سوزش۔ بواسیر سے چوریا یعنی بول الدم پیشاب کے ہمراہ خون آنا۔

ڈیر مسٹر کوہنی! ماہ اگست گزشتہ مین دو سال ہوئے کہ میرے لڑکے **یادری۔۔۔** نے
آپکی کتاب موسومہ "**دی نیو سائنس آف ہیلنگ**" کی خریداری کے لئے تحریر کیا + اوسوقتک
ڈاکٹرون سے جواب پاکر ماہ جولائی کے اخیر مین موت کے دروازہ پر پہونچ گئی تھی + میرے لڑکے نے
میری توجہ آپکے طریق علاج کی جانب دلائی اور مینے اس علاج کو اوسی طرح پکڑا جیسے کہ ڈوبتا ہوا
شخص گھاس کے ایک تنکے کو پکڑتا ہے + آپکے غسل اور غذا کا تعجب انگیز اثر ہوا + پانچ ماہ مین تو اسیر
اور پھیپھڑے **کی خرابی** جسکے ساتھ کہ **پیشاب مین خون آتے** (یعنی ہیماچوریا۔ بول الدم)
اور امعاے دقیق کی سوزش (انٹرائٹیس) کی پیچیدگی لگی ہوئی تھی۔ بالکل صحت پاگئین + وہ باتین
جن کو ڈاکٹر لوگ بارہ سال مین آرام نکر سکے۔ اور وہ باتین جو کہ اونکے علاج مین زیادہ زیادہ خراب ہوتین
آپنے اپنے قدرتی علاج سے اونکو پانچ ماہ مین آرام کردیا + مسٹر الیف جنہون نے کہ میری سفارش
سے آپکی کتاب منگائی تھی اونکے قلب کے نقص کو بالکل آرام ہو گیا ہے + یہان مین نے آپکے طریق علاج
کے پھیلانے کے لئے بہت کچھ کیا ہے اور کئی دیگر اشخاص کو آرام کیا ہے۔ مثلاً ایک لڑکی ۱۶ سال
عمر کی چھ سال سے مبتلا ہو رہی تھی اور کہین بھی اس کو کچھ امداد نہ مل سکی تھی + ہڈیون کے ٹکڑے کمر سے
ٹانگون سے اور بازؤن سے خارج ہو چکے تھے + مریضہ نے دو اسٹیم باتھ کل جسم کو دئے اور تین
فرکشن سٹز باتھ روزانہ لئے اور ٹھیک ٹھیک آپکی تحریر کے موافق پرہیزی غذا کا بھی استعمال کیا +
مجھے بڑی خوشی ہے کہ وہ لڑکی جو کہ زندہ درگور تھی اب ایک خوبصورت اور تندرست لڑکی ہو گئی ہے +
اے مسٹر کوہنی۔ یہ چند سطرین مین آپکی خدمت مین محض اپنی دلی شکر گزاریان ظاہر کرنیکے لئے بھیجتا ہون +

آپکی وفادار (میڈیکل ڈاکٹر یو کی بی بی)
ازمقام گروس ہیلیگنس فیلڈ۔

نمبر ۴۷ - فالج - قبض - گلٹیون کا مرض - اسکروفیولا یعنی کنٹھ مالا یا خنازیر -

پیارے صاحب - مین اس امر مین اپنا فرض سمجھ کر اس تحریر کے ذریعہ سے اپنی جدید بیماری
کے متعلق آپکی عمدہ صلاح اور آپکی ہمدردانہ امداد کے لئے اپنی دلی شکر گزاریون کا اظہار کرنا اپنا فخر جانتا ہون +
سنہ ۱۸۹۲ع سے مین **گلٹیون کے مرض** (اسکروفیولا۔ خنازیر کنٹھ مالا) مین مبتلا تھا اور کئی سال سے
سوء ہضمی مین + مینے ہر قسم کے علاج کئے اور سربرآوردہ اسپشلسٹ (خاص خاص فنون کے ماہران)

لوگون سے مشورہ لیا۔ لیکن بیماری زیادہ خراب ہوتی گئی۔ یہانتک کہ مجکو حکما مین بہت ہی کم اعتقاد باقی رہ گیا۔ اس حالت لاچاری مین مجکو آپکے طریق علاج کے ذکر سننے کا اتفاق ہوا۔ اور مین فوراً لیپزگ کو روانہ ہوا + میری بائین ایڑی کی ہڈی پر سخت عمل جراحی ہوا تھا اور مین صرف بیساکھی اور چھڑی کی ہی امداد سے چل سکتا تھا + آپکا علاج بہت ہی کامیاب ثابت ہوا۔ چند یوم مین بغیر بیساکھی کے مین اچھے طور سے چلنے لگا اور چھڑی کے سہارے کی بہت ہی کم ضرورت ہوتی تھی دیگر تین یوم مین یہ بھی بالکل غیر ضروری ہو گئی + دوران علاج مین میری طبیعت بہت درست رہی۔ اگر مین اول ہی لیپزگ مین آپکے پاس آیا ہوتا تو میری گردن پر یہ بدنما داغ بلاشبہ نہ پڑے ہوتے۔ اور جن کو اب بدقسمتی سے مجھے اپنے پاس ہی رکھنا ہوتا ہے +

اے مسٹر کوہنی! مین ہمیشہ آپکا احسان مند رہونگا اور جہان کہین جاؤنگا وہان اس **نیو سائینس آف ہیلنگ** کے اصولون کے پھیلانے کی کوشش کرونگا +

آپکا بہت ہی سچا ۔ بی

ازمقام برگ وِنڈھم

نمبر ۱۴ ۔ آتشک یعنی سفلس ۔ بے خوابی ۔ سر کا مرض ۔

پیارے مسٹر کوہنی! اس بات کو مین اپنا فرض سمجھتا ہون کہ آپکو اس بڑے نفع کی اطلاع کردون جو کہ مینے اپنی سخت بیماری (سفلس) کی حالت مین ۔ جس کو کہ اس مرض کے ماہران نے لاعلاج بتلایا تھا آپکے طریق علاج کے استعمال کرنے سے حاصل کیا ہے +

سات یا آٹھ سال تک مینے پارہ (سیماب) کے ذریعہ سے مختلف علاج کئے اور دو یا تین مرتبہ مینے گندھک کے قیمتی غسل بھی لئے ۔ ان سے مجھے نفع ہوتا ہوا معلوم ہوا لیکن درحقیقت اونہون نے مرض کو بغیر جسم سے باہر نکالے ہوے دبا دیا ۔ ہر سال بعد علاج کرنے کے مین زیادہ کمزور ۔ زیادہ گھبرانے والا اور کام کی طرف کم راغب ہوتا گیا + آخرش مجھے دردسر ہوئے جنہون نے کہ مجھے قریب قریب پاگل کر دیا ۔ ہفتون تک مجھے نیند نہ آئی ۔ میرے طبیبون نے مجھے پھر گندھک کے غسل لینے کا مشورہ دیا ۔ ورنہ ممکن ہے کہ دماغ ملایم ہو جائے +

مینے معلوم کر لیا کہ اس طور سے آیندہ کام نہ چل سکے گا اور یہ جان لیا کہ ان اویپیتھک علاجون سے

میرے جسم میں زہر مرض طریق پر سرایت کرتا ہے + حالت مایوسی میں (کیونکہ مجھے بہت ہی تھوڑی امید باقی رہی تھی) مینے آپکے طریق علاج کی آزمائش کا ارادہ کیا + نتائج واجب اللحاظ ہوتے + صرف تین غسلوں کے بعد مجھے آرام ملا اور نیند بہر حاصل ہوئی +

اگر تمام مریض لوگ محض اس آسان و بالکل بے تکلیف علاج کو اختیار کریں تو کسقدر زیادہ تکالیف سے نجات مل جاوے + مین اوسکی کافی درجہ تک تعریف کرنے کے ناقابل ہوں اور خوشی کے ساتھ واسطے مفاد دیگر مریضوں کے اس امر کی تصدیق کرتا ہوں کہ یہ ایک بڑی غلطی حکماے صادق کی ہے جو کہ یہ کہتے ہیں کہ سفاس لا علاج ہے + میری پرانی اور دور تک پہونچی ہوئی خرابی کی حالت میں مجھے شفا ہو جانا واقعی ایک سچا معجزہ تھا + مینے علاج کچھہ زیادہ عرصہ جاری رکھا ہے تاکہ جسم بالکل صاف ہوجائے اور یوں کہنا چاہئے کہ مین اب بمقابلہ پیشتر کے جوان معلوم ہوتا ہوں + رنگ تندرستی مجھے حاصل ہوگیا ہے۔ نیز از سر نو خوشی خرمی اسے مسٹر کیوہنی! اس سب کے لئے مجھے آپکا شکریہ ادا کرنا ہے۔ اور مین ہمیشہ آپکا مشکور ہونگا +

از مقام لیپزگ بڑی عزت کے ساتھ مین ہوں آپکا وفادار

الف - ای

نمبر ۴۹ - ریگ مثانہ - گردونکی سوزش - بواسیر کے مسے - استسقا

پیارے صاحب! چند سال ہوے کہ مین بیمار ہوگیا تھا۔ اولاً گردونکا مرض، قبض اور نیند نہ آنے کی شکایت مین مبتلا ہوا تھا۔ مجھے بڑا درد سہنا پڑا تھا + اسکے تین سال بعد بہت سخت بیماری اور ناتوانیت کی حالت مین مجکو شہر کے ہسپتال مین پہونچایا گیا + تشخیص سے معلوم ہوا کہ گردوں کی سوزش - ریگ مثانہ - بواسیر کے مسے ہیں اور استسقا کی طرف طبیعت کا رجحان ہے +

میرا علاج مختلف ادویات سے کیا گیا تھا مگر کوئی کامیابی نہ ہوئی تھی + اُس گھڑی سے جب سے کہ مینے آپکا علاج شروع کیا میری حالت مین بہتری ہونے لگی + کوئی شخص مجکو آج دیکھ کر یقین ہی نہین کر سکتا کہ پیشتر مین کیسی خراب حالت لاچاری مین ہو گیا تھا۔ مین جلد ہی قبر مین پہونچ گیا ہوتا + مین بڑی مشکوری کے ساتھ اس بات کو تسلیم کرتا ہوں کہ میری موجودہ عمدہ تندرستی آپکی ہی وجہ سے ایسی ہوئی ہے +

از مقام لیپزگ آپکا وفادار جی - ایچ

نمبر ۵۰- درد دندان - گٹھیا - موسمی بخار -

پیارے سٹر کوہنی! مجھے خود اپنے اوپر اور نیز دوسرون پر آپکی تحریری ہدایات کے موافق آپکے طریق علاج کی آزمایش کا موقعہ ملا ہے + موسمی بخار اور سخت درد دندان کی حالت مین آپکے مقامی اسٹیم باتھز اور ٹھنڈک پہونچانے والے ہیپ باتھز سے مجھے جلد امداد پہونچی ہے - واضح ہو کہ سخت گٹھیا کی حالت مین بھی غسلون نے تمام درد فوراً رفع کردیا ہے + ہائیٹین ٹائٹس لوگون مین بھی مینے بیشمار لوگون کو آرام کیا ہے + مشن کے ڈائرکٹران (کاربردازان) کے روبرو یہ تجویز پیش کی گئی ہے کہ تمام پادریون کو قبل اونکے باہر بھیجے جانے کے آپکے مدرسہ مین تعلیم دلائی جاوے +

مجھے امید ہے کہ اسکے بعد مین آپ سے دیگر علاجون مین اپنی کامیابی کی خبر بھیجونگا + اور اس درمیان مین بہت شکرگزاری کے ساتھ اور بہت بہت سلام عرض کرتا ہوا مین قایم ہون -

ازمقام وارم باد کیپ کالونی - ملک افریقہ -　　　آپکا سچا مرید - پادری - سی - ڈبلیو +

نمبر ۵۱- اڈیٹھ - نیند کا نہ آنا -

مسٹر ایس - ساکن مقام ہیل واقع بردریا سال حسب ذیل رپورٹ کرتے ہین +

شروع اپریل مین ایک سخت رسولی گردن کے نیچے جوڑ پر نمودار ہوئی اور مجھے بہت ہی تکان سا معلوم ہوا - ابتدا مین مینے اسکا کچھ خیال نکیا - لیکن یہ رسولی قد و قامت مین بڑھنے لگی - میری عام تندرستی کسی طور پر قابل اطمینان نہ تھی - بھوک کم معلوم ہوتی تھی - اور بوجہ اسکے کہ کمر کے نیچے کے حصہ مین کھینچنے والا سخت درد ہوتا تھا میری نیند اُچاٹ ہوگئی تھی - رفتہ رفتہ یہ رسولی اسقدر بڑی ہوگئی جیسے کہ بیضہ - اور درد سر اسقدر تیز ہوگیا کہ نیند اور بھوک بالکل جاتی رہی + اونکے بجاے ایک قسم کا شدید بخار ہوگیا - اور اُس وقت مینے یہ ارادہ کیا کہ علاج بڑی سرگرمی سے کرون - مینے جزوی بھاپ کے غسل لئے جنکے لئے کوہنی صاحب کا بھاپ سے غسل لینے کا آلہ جو کہ توڑ کر رکھا جا سکتا ہے بہت ہی کارآمد ثابت ہوا + جبکہ درد ناقابل برداشت ہوتے گئے تو اسٹیم باتھز لئے گئے - اور اونکے (یعنی اسٹیم باتھز) اور فریکشن سٹز اور ہیپ باتھز کے ذریعہ ہمیشہ آرام کیا گیا + غسلون کے درمیانی اوقات مین (یعنی غسل نہ لینے کے وقت مین) مین نے معلولہ حصہ بدن کو ایک صاف بھیگے کپڑے سے ڈھک دیا تھا جس کے اوپر اون کی ایک پٹی باندہ دیتی

تھی تاکہ رگڑ سے اور مٹی لگنے سے محفوظ رہے + اڈیٹھ پھوڑا (کاربنکل) جسکا رنگ سُرخ ہوگیا تھا اول بہت سخت بنا رہا + درد متواتر ہوتے رہے + چار پانچ دن مین اسکی مختلف جگھون مین چھوٹے چھوٹے سُوراخ مثل سوئی کے مودار ہوے اونکی تعداد بیس تک پہونچ گئی + اونمین سے خون اور خون ملا ہوا پانی نکلا - پھوڑا اب بھی بہت بدبودار اور سخت تہا + دوسرے چار دنون مین یہ بہت سے چھوٹے چھوٹے سوراخ مل کر بڑے بڑے سُوراخ ہوگئے - جنسے کہ مواد آزادی کے ساتھ نکلا + دفعتًا اس پھوڑے کی تمام سطح پھٹ گئی اور کل سطح اس پھوڑے کی ایک ہی سوراخ بنگئی جس سے کہ خون اور پیپ جاری ہوگئی + ایسا ہونے سے آرام پہونچا - درد رفع ہوگئے اور تہوڑے ہی عرصہ مین شفا حاصل ہوگئی + اب مین بمقابلہ پیشتر کے اچھا ہون - مجھکو یہ معلوم ہوتا ہے کہ میرے جسم سے بہت بڑا بوجھ دُور کردیا گیا ہے اور مجھہ مین اب قوت ایسی ہے کہ جو مجھکو کبھی بھی معلوم نہین ہوئی تھی +

نمبر ۲۵ - کمزوری حافظہ - درازی شکم - امراض پھیپھڑہ - سخت قسم کی اعصابی کمزوری - بہرا پن - حلق کی بیماری سخت بخار

پیارے مسٹر کوہنی - میرے خیال کے مطابق وہ شخص بڑا ہی عالم ہوگا جو کہ یہ نہ سمجھ سکے کہ دُو اور دُو ملکر چار ہوتے ہین - کیونکہ جیسی آسان علم ریاضی کی یہ مشق ہے اوسی قدر صاف اور آسان (خود میرے ذاتی تجربہ کے موافق) آپکا نیا اور بے خطا طریقہ علاج معلوم ہوتا ہے

باوجود روزانہ ورزش کرنے کے مین پیشتر ذراسی تکان کو بھی برداشت نہین کرسکتا تھا - حالانکہ اب مین گھنٹون تک باغچہ وغیرہ مین بغیر تھکے ہوئے کام کرسکتا ہون - مزید بران درازی شکم سے بھی مجھے نجات حاصل ہوگئی ہے + پیشتر مین ٹہلنے کے وقت (بوجہ کمزور پھیپھڑونکے) اپنا مُنہ کھول کر باآواز سانس لیتا تھا - اب مُنہ بند کرکے خاموشی کے ساتھ سانس لیتا ہون + مین برسون سے بائین کان سے بہرا ہون لیکن اب مین بہرحال پھر اپنی جیب گھڑی کی آواز سُن سکتا ہون - اگر اُس کو کان کے پاس رکھون - نیز گاڑی کے پہیون کا شور اور (مجھے بیان سے زائد خوشی ہے کہ) گفتگو بھی سُن سکتا ہون اگر ذرا زور سے کیجائے +

جوش کہاتا ہوا مادّہ جو کہ میرے جسم مین جمع تھا ضرور اوٹھکر سر مین پہونچا ہوگا کیونکہ مجھے

اکثر وہاں درد معلوم ہوا۔ اور حلق کے امراض کی بھی تکلیف مجھے ہوئی تھی جس کو نہ تو ڈاکٹر لوگ اور نہ ماہران (حلق کے امراض کے ماہران) اچھا کر سکے + اور اب چند ماہ گذشتہ سے مجکو میرے حلق مین کسی طرح کی ذرا بھی بے چینی معلوم نہین ہوئی ہے۔ سچ تو یون ہے کہ وہ دلپسند شیطان یعنی دماغ کا ملایم ہوجانا (ضعفی مخبوطی) میرے اوپر ہانپنے لگی تھی + آپکے علاج کرنے سے یہ خوفناک علامات دور ہوگئی ہین یعنی حافظہ کی بے حد کمزوری۔ غیر قابل یقین درجہ کی گھبراہٹ۔ ذرا ذرا سی بات پر واقعی بہت غصہ کا آجانا۔ ہر بات مین جس سے کہ مجھ مین تقویت اور رجحان آنی چاہئے تھی یا جو کہ میرے لئے قریب اور عزیز تھے عدم دلچسپی۔ چھ ماہ اب سے قبل اس دنیا مین کوئی شی بھی مجھے اپنے حال کا کسی شخص پر اظہار کرنے کے لئے (اسکا حال صرف میرے شوہر کو ہی معلوم تھا) ترغیب دے سکتی تھی۔ مثل مشہور ہے کہ شیطان کا ذکر کیا نہین اور وہ آیا نہین + مین جانتی تھی کہ کوئی شخص میری امداد نہین کرسکے گا۔ لیکن اب یہ معلوم ہوتا ہے کہ میری آنکھون سے پٹیان اتر گئی ہین مجھے زندگی از سر نو معلوم ہوتی ہے +

آپکے جادو بھرے ہوئے طریق علاج نے چند ماہ ہوئے کہ مجھے ایک بہت ہی تکلیفدہ صدمہ سے بچا یا + مین اپنے ہمراہ ایک ظاہر اتندرست خدمتگارہ کو دیہات مین لے گئی۔ لیکن ایک ہفتہ کے بعد اوسنے آنکھون مین آنسو بھر کر دفعۃً یہ کہا کہ اُس سے آیندہ کام نہین ہوسکتا + اوسکے پاؤن سوج گئے تھے جسکی وجہ سے کہ وہ نہ تو جوتی پہن سکتی تھی اور نہ موزہ۔ بہت شدت کے درد سر مین مبتلا تھی اور اُس کو شدت کا بخار ہوگیا جنکے باعث کہ وہ حرکت نکر سکتی تھی۔ اُس لڑکی کا سینٹ پیٹرز برگ پہونچا دینے کا تو خیال ہی نہین ہوسکتا تھا + پس مینے اوسکو ڈہانک کر بستر مین لٹا دیا اور بعد اسکے کہ اوس کو چند گھنٹون تک پسینہ آوے مین نے اوسے ایک ہیپ باتھ من وعن آپکی ہدایتون کے موافق دیا۔ اسکے بعد مین نے اُس کو فریکشن سٹز باتھ لینے کا طریقہ سمجھا دیا۔ اور اس قسم کا ابھی غسل لینے پر اوسکی طبیعت "ایسی خوش اور اچھی" معلوم ہونے لگی + اوسی دن یہی کل طریقہ پھر اختیار کیا گیا۔ اگلے دن دوبار اور تیسرے دن اُس لڑکی نے پھر پسینہ لینے کے ذکر کو سننا بھی پسند نہ کیا اور یہ کہا کہ وہ ایسی تندرست ہے کہ جیسی پانی کے اندر مچھلی ہوتی ہے +

جیسی پانی کے اندر مچھلی ہوتی ہے +

ازمقام سینٹ پیٹرسبرگ مسز اے - ای

نمبر ۵۳ - درد ہائے سر

پیارے مسٹر کوہنی !

شہر لبزگ سے روانہ ہوتے پر مین اسکو اپنا فرض سمجھتی ہون کہ اُس ہوشیاری کے علاج کی بابت جوکہ آپنے میرا کیا ہے آپکے روبرو اپنی دلی مشکوریون کا اظہار کرون + میرے مزمن دردسر کے آرام ہوجانے کا باعث آپکے غسل ہی ہین (یہ دردسر مجھے برسون سے ہوتے تھے اور آخرش قابل برداشت نہ رہے تھے) بس مین ان غسلون کا استعمال اپنی زندگی تک جاری رکھونگی + یہ میری آرزو ہے کہ مصیبت زدہ انسان کے فائدہ کے لئے آپکی نیک ایجاد کا استعمال عرصہ تک بغیر روک ٹوک کے آپکے ذریعہ سے جاری رہے +

ازمقام لبزگ مین ہون آپکی وفادار مسز ایم - ڈبلیو

نمبر ۵۴ - چہرہ پر پھنسیان - بلعوم یعنی فیرنکس کی سوزش

اس تحریر کے ذریعے سے مین تصدیق کرتی ہون کہ مسٹر لوئی کوہنی کے غسلون اور خاص تجویز کی ہوئی غذا کے کئی ماہ تک استعمال کرنے سے میری فیرنکس کی سوزش اور چہرہ کی پھنسیون کو بالکل آرام ہوگیا ہے کسی وقت پھر مین اسکے مفصل حالات بخوشی بتلاؤنگی +

ازمقام لبزگ راقم - ایل - بی -

نمبر ۵۵ - مرگی کے دورے - بیہوشی - خون مین کمی یعنی تعدیم الدم

پیارے صاحب - مجھے اس امر کی اجازت دیجئے کہ مین آپ کی اُس تمام کوشش کا شکریہ ادا کرون (آپکی دریافت کا بھی شکریہ ہے) جوکہ آپنے ایسے بے لالچ کے طریقے مین میری اُس لڑکی کے لئے کی ہے جسکے آرام ہونے کی امید ہمکو ہر طرح سے نہ رہی تھی - جو جو بات کہ حکماء اور ملٹیسیت ادویات سے حاصل نہ ہوسکی وہ "قدرتی شئے" یعنی پانی سے حاصل ہوگئی + مین اجازت چاہتا ہون کہ اپنی لڑکی کی بیماری کا مختصراً بیان کرون +

جبکہ مرض کی علامات اولاً ظاہر ہوئین تب وہ لڑکی نو سال کی تھی۔ ابتدا مین ہمنے اسکا کچھ خیال نکیا + بیہوشی کے خفیف دورے پڑے مگر جلد ہی رفع ہوتے گئے + مگر جبکہ دورے اکثر پھر پڑنے لگے تو ہم لوگون نے ایک جنٹلین سے مشورہ لیا جو کہ ایک مشہور قابل ڈاکٹر تھا + اوسنے کہا کہ مریضہ کمی خون اور اعصابی کمزوری کی شکایت مین مبتلا ہے + اوسنے سفوف اور ادویات تجویز کین جنسے بجاے درستی کے حالت زیادہ خراب ہوتی گئی + دورے زیادہ جلد جلد اور زیادہ سخت ہونے لگے اور کئی اطبا سے ہمنے مشورہ لیا مگر ہمیشہ دوائین دی گئین +

آخرش ایک ڈاکٹر نے ہمسے کہا کہ مرض لا علاج ہے پس ہمنے ہر چیز کو سواے برومائیڈ آف پوٹاسیم کے ترک کر دیا + جس وقت تک کہ آپنے مریضہ کی حالت ہمکو نہین سمجھائی ہمکو یہ پختہ یقین تھا کہ اس مرض کے لئے صرف یہی ایک دوا ہے + اب کل تکلیف رفع ہوگئی اور مین اور میرے گھر والے آپکی عزت۔ آپکو اپنا محافظ اور نفع پہونچانے والا سمجھکر ہمیشہ کرینگے + پھر مجھے اجازت دیجئے کہ مین اپنی سچی شکر گزاری کا اظہار کرون اور یقین کیجئے کہ مین ہون آپکا بہت بڑا وفادار **ایف۔ ایچ**۔ از مقام گیلوینز ملک بوہیمیا۔

نمبر ۵۶۔ زکام بخار۔

پیارے مسٹر کوہنی! اُن خدمات کا جو کہ آپنے میرے اور میری والدہ کے لئے کی ہین مین کافی طور سے شکریہ نہین ادا کر سکتا + بہت شدت کے زکام نے جسکے ساتھ کہ اونچے درجہ کا بخار بھی تھا مجھے ترغیب دی کہ مین آپ کے طریق علاج کی آزمایش خود اپنے ہی اوپر کرون + بیحد عمدہ نتیجے نے مجھے درحقیقت تعجب مین ڈالدیا + مجھے پختہ یقین ہے کہ اب آنیوالے زمانہ کے لئے آپکا ہی طریقہ علاج بنایا گیا ہے +

مقام ہمبرگ　　　　آپکا بڑا وفادار۔ چارلس۔ آر۔ علم فلسفہ کا ڈاکٹر

نمبر ۵۷۔ ہڈی پر گوھری

پیارے مسٹر کوہنی! مین یہ اپنا فرض خیال کرتی ہون کہ مین آپکے روبرو اپنی دلی مشکوریون کا اظہار کرون کیونکہ مینے بھی بغیر اعمال جراحی والے آپکے نئے طریق شفا بخشی کی برکتون سے نفع اوٹھایا ہے +" جبکہ ادویات کے ذریعہ سے میرا علاج ہوتا تھا تو میری ٹانگ پر ۸ مرتبہ عمل جراحی کیا گیا تھا + اول مرتبہ پیر کی اونگلیان کاٹ ڈالی گئین۔ بعد اس کے تمام پاؤن۔ پس اب مجھے بیساکھی کے

سہارے چلنا پڑتا ہے + لیکن ان تمام اعمال جراحی کے ہونے پر بھی میری ٹانگ اچھی نہوئی + طبیعت مین ایک قسم کا بھاری پن معلوم ہوا اور ایک نئی رسولی اوسی قدر بڑی پیدا ہو گئی جسقدر جھٹی کہ پیشتر کی رسولی تھی۔ اور بہت درد اوسمین تھا۔ مین ڈری کہ مجھے اب پھر عمل جراحی کرانا پڑیگا +
جبکہ میری توجہ آپکے نئے طریق علاج کی جانب دلائی گئی تو شروع ماہ مارچ مین مین آپ سے مشورہ کی متلاشی ہوئی + چار ہفتے تک فریکشن باتھ کے استعمال کرنے سے اور آپکی بتلائی ہوئی دیگر ہدایتون پر چلنے سے رسولی بالکل غائب ہو گئی۔ اور اس طریق پر مین آیندہ عمل جراحی کے اپنے اوپر ہونے سے بچ گئی + اگر ابتداے مرض سے ہی مینے آپ سے علاج کرایا ہوتا تو یقینی تمام اعمال جراحی غیر ضروری ہوسے ہوتے اور آج کے دن مین غالبًا اپنے تمام اعضا رکھتی ہوتی ۔ اُس امداد کے لئے جو کہ آپنے مجھے پہونچائی ہے اپنی دلی شکوری کا اظہار کرتے ہوے مین قایم ہون۔

آپکی ایماندار سوفی۔ ڈبلیو۔

ازمقام روڈنٹر

نمبر ۵۰۔ سرطان رحم۔ سیلان خونِ رحم

پیارے مسٹر کوہنی !

ماہ دسمبر مین میری بی بی ایسی سخت بیمار ہو گئی تھی (سیلان خون رحم مین) کہ مین نے اسقدر رات گئے (جیساکہ گیارہ بجے شب کا وقت) ڈاکٹر سی کو مجبورًا طلب کیا + بذریعہ روئی کے خون چندے بند ہو گیا۔ لیکن دوسرے روز تمام دنون سے زیادہ جاری ہوا۔ اور بس اب مین نے ایک دوسرے طبیب ڈاکٹر ڈی کو بلایا + اوُنھون نے کہا کہ معاملہ عمل جراحی ہونے کے قابل ہے چونکہ میری بیوی کی طبیعت اچھی نہ تھی مینے ایک تیسرے طبیب پروفیسر ایچ سے مشورہ لیا۔ اوسنے مریضہ کو دیکھا اور کہا کہ عمل جراحی فورًا ہونا چاہیئے ورنہ مریضہ کا بچنا غیر ممکن امر ہو جائیگا اوسنے بتلایا کہ یہ رحم کا سرطان ہے + اوس پروفیسر سے مینے پھر دریافت کیا کہ آیا بغیر عمل جراحی کے کوئی امید شفا ہونے کی ہے یا نہین ؟ اوس نے کہا کہ بغیر اوسکے (عمل جراحی کے) شفا کی امید نہین کیجا سکتی ہے + اسکے بعد مین آپکی خدمت مین حاضر ہوا۔ آپنے ہپ اور فریکشن سٹز باتھ اور خاص

پرہیزی غذا تجویز کر دی + اُس وقت سے جب سے کہ میری بیوی نے آپکی صلاح پر عمل شروع کیا وہ اچھی ہو نے لگی - اب وہ اپنا کام پانچ بجے صبح سے دس بجے رات تک بغیر تکان کے کر سکتی ہو اور در حقیقت اس سے قبل ایسی تندرست کبھی نہیں رہی ہے جیسی کہ وہ اب ہے +

ہماری دلی شکر گزاریاں آپ قبول فرمائیں + تمام مریضوں سے ہم آپکے طریق علاج کی سفارش کرنا ہرگز نہ بھولینگے - بغیر اس علاج کے میری بیوی ابتک زندہ نہ رہی ہوتی +

مقام لیزگ　　مجھے سمجھئے اپنا بہت وفادار البرٹ - ڈبلیو -

نمبر ۵۹ - کالی کھانسی یا کوکر کھانسی

ڈیر مسٹر کوہنی ! بماہ فروری گزشتہ میں نے آپ کو واسطے حاصل کرنے مشورہ متعلق اپنے بچہ کے جو کالی کھانسی میں مبتلا تھا تحریر کیا تھا - اُن بہت ہی **بیش بہا ہدایات** سے جو کہ آپکے عنایت نامہ میں تحریر تھیں ہمنے خاصکر یہ بات اخذ کری کہ ہمکو چاہیئے کہ بچہ کو اوسکی والدہ کے ہمراہ بستر پر لٹا کر خوب ہی پسینہ دلا دیں + اسکے علاوہ جو کچھ کہ اور ضروری تھا وہ ہم لوگ پہلے ہی آپکی کتاب میں دی ہوئی صلاح پر عمل کر کے کر چکے تھے + مرض نے حسب ذیل طریقہ اختیار کیا -

اتوار کے دن ہمنے خیال کیا کہ ہمارے اس چھوٹے سے بچے کو (صرف ۱۴ ہفتے کی عمر کا تھا) ایک قسم کی تیز آواز کی اور کمزور کرنیوالی کھانسی تھی - ہم لوگوں نے صحیح طور سے یہ خیال کیا کہ اس بچہ کو یہ مرض ایک لڑکی خدمتگار سے لگ گیا ہے جو کہ مدرسہ میں پڑھا کرتی تھی - جہانکہ بہت سے بچوں کو یہ مرض ہو رہا تھا + اُس لڑکی خدمتگارہ کو ہمنے اوسکے گھر بھیجدیا - اپنے بچہ کو جو کہ ابھی دودھ ہی پیتا تھا اور جسکو روزانہ دو مرتبہ ۸۰ درجہ فہرن ہائیٹ کے پانی میں غسل دئے جاتے تھے ہم نے ایک **فریکشن ہپ باتھ** دوپہر کے وقت ۱۸ درجہ فہرن ہائیٹ پانی میں دیا - لیکن اس کے دینے کا وقت ہم کو اس وجہ سے کم کر دینا پڑا تا کہ بچے کو بہت عرصہ تک رونے سے باز رکھیں + تاہم یہ موثر ثابت ہوا کیونکہ اس سے اُس کو پاخانہ آیا + اور تیسرے دن کھانسی کی کرہیہ آواز تبدیل ہو گئی + اس وقت پر آپکا قابل قدر خط پہنچا میری بیوی نے بچہ کو اپنے ہمراہ بستر میں لٹا کر خوب پسینہ دیا - تب ہمنے دوپہر کا غسل بند کر دیا اور بارہویں یوم میں کھانسی سے بالکل نجات حاصل ہو گئی پس میں صرف اسی کی تائید کر سکتا ہوں جو کچھ کہ کالی کھانسی کے

بارے مین آپ اپنی کتاب مین فرماتے ہین +

اپنی جانب سے اور اپنی بی بی کی جانب سے مجھے پھر شکریہ ادا کرنے کی اجازت دیجیے کیونکہ خدا سے دوسرے درجے پر آپ اور یہ آپکا طریق علاج ہی ہے - جسنے کہ ہمارے بچے کو اسقدر جلد پھر تندرست بنا دیا +

ازمقام ہارزبرگ بہت بڑی تکریم کے ساتھ آپکا بہت ہی سچا

ای - کے

نمبر ۶۰ - نیورس تھینیا - نیوریل جیا (عصبی درد) مرگی یعنی صرع -

ڈیرسر - صرف آپکے ہی طریق علاج کی وجہ سے میرا امراض نیورس تھینیا - نیورلجیا اور مرگی سے شفایاب ہونا ہوا ہے - جبکہ دو بڑے سربرآوردہ حکماے شہر ڈریسڈن نے عرصہ تک میرا علاج کرکے مجھے بالکل گیا گزرا بتلاکر جواب دیدیا تھا +

میرے مرض کی حالت ایسی تھی کہ مین تین تین ماہ تک بیمار پڑا رہا تھا + اسکا نتیجہ یہ ہوا تھا کہ بعد اسکے کہ مین نے کئی بار اپنے تئین امتحان کرنے کے لئے پیش کیا (تشخیص مین مرگی سخت قسم کی بتلائی گئی) مجھے فوج مین جبریہ داخل ہونے سے معافی دیدی گئی +

ازمقام ڈریسڈن آپکا وفادار ایچ - بی

نمبر ۶۱ - ثقل سماعت - کمر مین درد - کھانسی اور دم گھوٹنے والے گلے

پیارے مسٹر کوہنی :

جیسا کہ آپکا منشا رہا کہ وقتاً فوقتاً آپ سنتے رہین کہ ہماری کیا حالت ہے ہم آپکی خدمت مین اسکے بارے مین رپورٹ بھیجنے کی آزادی لیتی ہون + ہم لوگ ہر روز آپکا ذکر خیر کرتے ہین - ہر روز خدا کا شکر بھیجتے ہین کہ ہمارے بچہ نے آپکی بیش بہا دریافتون کے ذریعہ سے اپنے مرض ثقل سماعت کے مرض سے شفاے کلی حاصل کرلی + اس مرض مین یہ ڈیرہ سال سے مبتلا تھا - اسوقت وہ کئی ہفتون سے بالکل اچھا رہا ہے + یہی خاص کامیابی ہے جو کہ اس وقت تک حاصل ہوئی ہے لیکن اسی کے ساتھ گلے کے اندر کی سوجی ہوئی گوٹریان دیکھنے مین صاف طور سے ہی گھٹتی ہوئی معلوم ہوتی ہین اور درحقیقت یہ معلوم ہوتا ہے

کہ گویا یہ لڑکا بالکل تبدیل ہو گیا + بجاے تھکے ہوے ایک چھوٹے جاندار کے جو کہ ہر وقت روتا رہتا تھا ہمارے پاس ایک ایسا خوش و خرم لڑکا ہے جو کہ دیگر بچون مین ملتا رہتا ہے + وہ باآواز بلند بولتا ہوا ادھر ادھر دوڑتا رہتا ہے حالانکہ پیشتر اوسکی آواز ایسی معلوم ہوتی تھی کہ گویا دب گئی ہے۔ وہ آہستہ آواز سے بول سکتا تھا + نہ اس وقت تک کھانسی کے حملے اور دم گھوٹنے والے اینٹھن کے حملے بھر ہوئے ہین + ہر روز ہمکو نئے ثبوت ملتے ہین کہ ہمارا بچہ اپنی حالت جسمانی اور دماغی مین کیسی ترقی کر رہا ہے۔ ہر روز ہم آپکے ہی گن گاتے ہین پیارے مسٹر کوہنی! اس موقع پر آپ مجھے اجازت دیوین کہ مین اپنی جانب سے اور نیز اپنے شوہر کی جانب سے آپکے شکریے تہ دل سے ادا کرون + میری تندرستی کا یہ حال ہے کہ مین زیادہ اچھی اور زیادہ مضبوط معلوم ہوتی ہون بمقابلہ اسکے جیسے کہ مین برسون رہی ہون + ایک خاص نفع یہ ہے کہ مین کمر کے بڑے تکلیف دہ مثل شکنجہ کے جکڑنے والے دردون کو ایسے سادہ ذریعے جیسے کہ سٹز باتھ سے آرام کر سکتی ہون +

مین ہون آپکی بڑی وفادار **پادری ایم۔ ساکن پی کی بیوی**

نمبر ۶۲۔ سیلان خون رحم

ڈیر سر۔ سماۃ **فلوریکا۔ سیلریس۔** ملک آرمینیا کی ایک عورت جو کہ اس مقام مین رہتی ہے عرصہ چار ہفتہ سے متواتر سخت عارضہ سیلان خون رحم مین مبتلا رہی تھی۔ آپکی تجویز کے مطابق اوسنے ہر ہفتے مین **دو ہپ باتھ** اور ہر ہفتہ مین **ایک اسٹیم باتھ** اور دو یا تین **فریکشن سٹز باتھ** روزانہ لیئے اور غیر محرک غذا کا استعمال کیا۔ اس علاج کے شروع کرنے کے بعد چھٹے روز اوسکی حالت مین بہت کچھ بہتری معلوم ہوئی اور آٹھویں دن (یہ پندرہوان دن ہے) وہ پھر بالکل اچھی ہے + اس بیچاری عورت کی جانب سے اور بیمار کی جانب سے دلی شکریہ کا اظہار کیا جاتا ہے + آپکی بھلائی سے چھوڑ جیا ہتا ہوا۔ آپکا وفادار **تھیوڈور۔ ڈی۔** گریک کیتھولک پریسٹ۔ از **زیڈ** رٹرسلوینیا ہنگری)

نمبر ۶۳۔ سخت اعصابی خرابی۔ نیورس تھینیا۔ کمزور حافظہ

برسون سے میری بی بی بہت ہی زیادہ گھبراہٹ (نروس) معلوم کرتی تھی + اسکے بعد بوجہ زیادتی کام کے وہ اسقدر زیادہ خراب حالت مین ہو گئی کہ یہ امر عیان ہو گیا کہ اب پورے طور سے اسکو آرام کرنے کے لیئے

اور زیادہ دیر نہ لگانی چاہیئے۔ نیچر کیور سسٹم کے معمولی طریقون مین سے کوئی بھی طریقہ بغیر آزمایش کے باقی نہ رہ گیا تھا + کئی سے افاقہ ہوا۔ لیکن واقعی شفا کسی سے نہ ہوئی۔ میگنٹزم[لہ] سے بھی نہ ہوئی +

مسٹر لوئی کوہنی کے کارخانہ مین جو علاج کہ بماہ اپریل ۱۸۹۰ء کیا گیا اُس سے بھی اولاً کوئی قابل لحاظ اثر معلوم نہوا بلکہ حالت زیادہ خراب ہوتی ہوئی معلوم ہوئی۔ لیکن قریب سات ہفتے کے بعد ایک تبدیلی واقع ہوئی ایک کرائی سس کے بعد دوسرا کرائی سس ہوتا گیا۔ یہ نازک حالت مہینون تک قایم رہی۔ یہ وقت ایسا تھا کہ جو ہم مدت تک یاد رکھین گے۔ لیکن گیارہ ماہ تک روزانہ غسلون کے استعمال کرنے کے بعد جسم کے اندر کی شفا دینے کی قوت نے کوہنی صاحب کے سٹز باتھ کی امداد پاکر بہت ہی عمدہ نتایج پیدا کئے + حالانکہ پہلے میری بیوی نے اپنے حافظہ کا جاتا رہنا اور وچار شکتی کا کم ہو جانا معلوم کیا تھا جس بات سے اوس کو بہت ہی تکلیف ہوئی تھی۔ لیکن اوسکی دماغی طاقت اب پھر ایک بڑے درجے تک واپس آگئی۔ اب وہ پھر ایسی چست و چالاک اور تازہ معلوم ہوتی ہی جیسی کہ وہ برسون تک نہین رہی تھی + دماغی کام مین اب اُس کو خوشی معلوم ہوتی ہے حالانکہ پہلے اس کام مین اُسکو جبر معلوم ہوتا تھا + اور جیسی کہ دماغی حالت تھی ویسی ہی جسمانی حالت تھی + علاج کے اول چھ ماہ مین میری بیوی اس قابل نہ تھی کہ دو میل تک بغیر آرام لئے ٹہل سکے + لیکن دسوین مہینے مین وہ بغیر تھکنے کے یا بغیر ٹہیرنے کے بھی زائد از ۱۲ میل روزانہ چل لیتی تھی + اس عجیب تبدیلی مین جسم کے تمام اعضا برابر یکسان نفع حاصل کرتے ہین + قصہ مختصر وہ ایک بالکل دوسری ہی عورت ہو گئی ہے۔ پہلے اکثر آزردہ دل رہتی تھی اور اب ہمیشہ وہ خوش رہتی ہے +

خداوند کریم سے اُتر کر ہماری دلی شکر گزاریون کے مستحق مسٹر کوہنی ہین جنہون نے کہ بہت عمدہ مشورہ ہم کو دیا تھا مین دعا کرتا ہون کہ اونکو اپنے ہمجنسون کے نفع کے لئے کام کرنیکا موقع عرصہ دراز تک بخشا جاوے۔ اور ہر مریض مین اونکو ایک ایسا پرجوش مرید حاصل ہو جاوے کہ جو ادن کے اس سادہ مگر سچے علم شفا بخشی کے اصولون کے پھیلانے مین مدد دیوے +

از مقام برلن۔ سی۔ ایس

[لہ] اسکے اردو مین معنی قوت جاذبہ کے ہین یعنی اس طریق سے مراد ہے جسمین کہ انسان اپنی قوت جاذبہ کا اثر انسان پر یا دوسرے ذی روح پر ڈال کر امراض کو صحت کرتا ہے + ۱۲

نمبر ۶۴ - سر کا مرض - آنکھ کا مرض - کمی خون - گھبراہٹ - پاؤں کی نسوں کا کھنچ جانا - عام کمزوری - سانس لینے میں تکلیف

اظہار شکریہ

اپنے لڑکپن میں مجکو درد ہائے سر کے دورے ہوا کرتے تھے - خصوصًا جبکہ مدرسہ میں ہوتی تھی بعد ازاں انکی شدت بڑھ گئی اور بالکل نیورل جک (عصبی) ہو گئے +

عمر کے پندرہویں سال میں ایک مرتبہ گرنے کی وجہ سے میرے پاؤں میں نسوں کے کھنچ جانے کی مجھے سخت تکلیف ہوئی - حکما اسکو آرام نکرسکے - اور آخرش یہ اسقدر بڑھ گئی کہ میرے لئے پیدل چلنا قریبًا بالکل غیر ممکن ہو گیا - پانچ سال تک مجھے بہت ہی تکلیف برداشت کرنا پڑی +

اس عرصہ میں سر کی بیماری اسقدر بڑھ گئی کہ بوجہ بے حد گھبراہٹ اور کمی خون کے مجھے قریب قریب لاعلاج سمجھ کر لوگ شفاخانہ کو لائے + تھوڑے عرصہ بعد اپنی حالت میں بغیر کچھ ترقی کرنے کے میں وہاں سے رخصت کی گئی - اسی عرصے میری آنکھیں بھی خراب ہو گئی تھیں کسی بات میں مجھے مزہ معلوم ہوتا تھا کسی کام کے کرنے کے قابل میں نہ رہی تھی - میری طبیعت ایسی ہو گئی تھی کہ جس سے میرے احباب کو بہت ہی بڑا اندیشہ ہو گیا تھا + اندرونی سعتون میں - اور بہت ہی مشکل سے سانس لینے میں - اور متواتر بخار میں مبتلا ہو رہی تھی اور مزید براں یہ معلوم ہوتا تھا کہ بالکل اندھی ہو جاؤنگی +

اس غمگین حالت میں ہو کر (جس سے کہ مجھے کوئی بھی آزاد نکرسکا تھا) میں ستمبر سنہ حال میں مسٹر لوئی کوہنی صاحب کے بغیر ادویات کے شفا بخشنے والے کارخانہ میں پہونچی -

اول غسل لینے کے بعد فورًا مجھے ایک قسم کا عام طور سے چین پڑنے اور حالت میں بہتری کا احساس معلوم ہوا اور یہ بڑھتی گئی جیون جیون کہ میں نے غسل جاری رکھے اور مناسب غذا کا استعمال کیا - چند ہفتے میں میری عام حالت کا مقابلہ پیشتر کی حالت سے کچھ نہیں ہوسکتا تھا + اب پانچ ماہ علاج کرنیکے بعد میری نگاہ ایسی عجیب طرح سے درست ہوئی ہے اور میری عام حالت ایسی عمدہ ہو گئی ہے کہ میں بہت ہی خوش ہوں - اور اپنے عالی دل بچانے والے کا شکریہ کافی طور سے نہیں ادا کرسکتی +

اب مین پھر پورے طور سے دیکھ سکتی ہون اور اپنے گھر بار کی نگاہداشت کر سکتی ہون مضبوط معلوم ہوتی ہون اور کام کرنے مین مجھے خوشی معلوم ہوتی ہے + میرا پاؤن بھی اسقدر اچھا معلوم ہوتا ہے کہ اب مین بغیر تکلیف کے پھر چل پھر سکتی ہون۔ قصہ مختصر مین اپنے آپ کو بالکل ایک نیا شخص پاتی ہون۔ اور یہ سب باتین مجھے اس بڑے موثر اور ایسے سادہ طریق علاج کے ہی باعث نصیب ہوئی ہین + میرے کل گھر بھر مین یہ علاج اب اختیار کر لیا گیا ہے۔ اور ہر موقع پر اسمین ویسی ہی یقینی کامیابی حاصل ہوتی ہے +

میری آرزو ہے کہ تمام بیمار لوگ اعتقاد کے ساتھ اپنے تئین آپکے علاج مین لائین +

ازمقام لینرگ مسز میری۔ آر

نمبر ۶۵۔ درد گٹھیا۔

پیارے مسٹر کوہنی! مین اپنا فرض سمجھکر اپنا دلی شکریہ آپکی اُس ہمدردی کے متعلق ظاہر کرنے مین اپنا اعزاز سمجھتا ہون جو کہ آپنے میری بیماری کی حالتمین اپنے بہت عمدہ مشورہ دینے کے ذریعے سے دکھلائی ہے سال گزشتہ کی ماہ مئی سے مین متواتر درد گٹھیا مین مبتلا رہا تھا اور یاد ہوگا اسکے کہ مجھے مقام ٹیپلٹز مین آرام ہوگیا تھا اوسکے بعد کے ماہ نومبر مین ایک زیادہ سخت حملہ اس مرض کا ہوا + مجھے امید صحت یاب ہونے کی نہ تھی۔ میرے طبیب نے ظاہرا اپنی تمام ادویات ختم کر دین اور چند ہفتے تک کچھ نہ آیا۔ اور مجھے مشورہ دیا کہ دکن مین قیام کرو۔ کیونکہ صرف یہی ایک ذریعہ شفا ہونیکا ہے + فکرمندی کی حالت مین میری بی بی نے آپ سے مشورہ لیا۔ آپنے اپنا مشورہ براہ عنایت خط کے ذریعے سے دیا۔ لیکن سوائے غذا کے مین آپکی تجویز پورا پورا نہ چل سکا۔ بوجہ بہت کمزور ہونے کے اور چلنے پھرنے کے ناقابل ہونے کے + فقر دری کے مہینے کے شروع مین میننے غسل کرنا شروع کئے اور ایک قسم کی صورت افاقہ اوسے مجھے نظر آئی۔ اسکا اثر جلد ہوا۔ کیونکہ تیسرے غسل کے بعد مرض کی علامات یکے بعد دیگرے ایسے طریق مین ظاہر ہوئین کہ کوئی شخص جلکہ آپکی کتاب کو پڑھکر اس بات کے لئے طیار نہ ہوگیا ہو تو وہ بڑے فکر کی حالتمین ہو جائے گا۔ اور باوجود پورا اطمینان ہونے کے ایک قسم کا اندیشہ کا خیال بے معلوم طریقے مین میرے اندر پیدا ہوگیا لیکن مجھے خوشی بھی اسی وجہ سے بہت زیادہ ہوئی جب کہ دیکھتے

غسل کے بعد میں نے اپنے بائیں ٹخنہ کی حالت تناؤ میں ایک قسم کی کمی معلوم کری۔ پیشاب کا رنگ گہرا گندمی تھا۔ باوجود میری تمام دیگر تکلیفات کے اب مجھے خوشی ہوئی کیونکہ مجھے یقین ہوگیا کہ میں ایک ایسا علاج کر رہا ہوں کہ جو مرض کی جڑ تک پہونچے گا + ناقص مادہ اب جسم سے اُسی سلسلے میں ایک مرتبہ پھر درد اور سوزش پیدا کرتا ہوا دور ہونے لگا جس سلسلے میں کہ ابتداے مرض میں وہ جوڑوں میں اور گوشت کے پٹھوں میں جمع ہوتا گیا تھا۔ چودہ[۱۴] روز میں پھر اپنا پیشہ اختیار کرسکا + ماہ مارچ بھی جسمیں کہ برف کی بارش ہوتی ہے اور ہوا چلتی ہے مجھے نقصان نہ پہونچا سکا۔ اور اُس وقت سے مَیں خوش و خرم اور تندرست ہوں + میرن (نام ایک طبیب کا معلوم ہوتا ہے) کے پاس ایک مریض ضرور کم ہوگیا۔ لیکن آپ کے بیش قیمت طریق علاج نے مجھے اپنا ایک عاشق قدردان اور اُسکا پھیلانے والا بنا لیا ہے۔

مَیں صدق دل سے امید کرتا ہوں اور خواہش رکھتا ہوں کہ امراض کے علاج کا آپکا قدرتی طریقہ زیادہ قبول فرمایا جاوے اور انسان کو درجہ غایت کی تہذیب سے پھر نیچر پر واپس لاوے دلی مشکوریوں کے ساتھ۔

مَیں ہوں آپکا بڑا وفادار جولیس الیس۔ شاہی سند یافتہ معلم

نمبر ۶۲ پیٹ میں درد بھوک کا نہ لگنا۔ چکر آنا۔ دل کی خرابی۔ پھیپھڑوں کی خرابی۔ عام کمزوری

پبلک کے روبرو اظہار شکریہ

میری بیوی جو گذشتہ ۶۱ سال کی عمر کی ہے کئی سال سے اور خصوصاً سنہ ۱۸۹۰ع سے چکر آنے کے دوروں۔ پیٹ میں سخت درد۔ بھوک نہ لگنے۔ اور عام کمزوری میں مبتلا تھی + اس مقام کے شاہی یونیورسٹی کے شفاخانہ میں جہاں کہ مَیں اپنی بیوی کو خزان ۱۸۹۰ع میں لایا تھا۔ ڈاکٹروں نے معدہ اور گردوں کی خرابی بتلائی اور مختلف ادویات تجویز کیں + لیکن بجاے بہتر ہونے کے میری بیوی کی حالت بڑا بر خراب ہوتی گئی +

لیکن جب اس بالکل بیکار علاج بادویات کے ساتھ حکماء نے کا کس لمف کا ٹیکہ بھی لگانا شروع کیا تو مین نے اپنی بیوی کو شفاخانہ سے ہٹا لیا اور علاج دسمبر ۱۹۰۸ء تک ہوتا رہا تھا۔ فبروری ۱۹۰۹ء مین میری بیوی بالکل نقیہ ہوگئی۔ چکر آنے کے دورے بڑھ گئے جنکی وجہ سے نہبت بڑا اندیشہ ہوا اور عام کمزوری اور آلات الہضم کی سستی نے اس درجہ قابو حاصل کرلیا کہ مریضہ چند ہفتے تک پلنگ سے نہ اوٹھ سکی +

ڈاکٹر ایچ نے جن سے مشورہ لیا گیا ایک مسہل دینا تجویز کیا۔ مگر کہا کہ یہ تکلیف بوجہ دل کی کسی خرابی کے واقع ہوئی ہے جو کہ (یعنی دل کی خرابی) لاعلاج ہے + پس اوس نے جلدی اپنی آمد و رفت بند کردی +

ماہ اپریل ۱۹۰۹ء مین پیٹ کا درد اس درجہ خراب ہوگیا کہ مریضہ کچھہ بھی ہضم نہ کرسکتی تھی بلکہ کھائی ہوئی تمام غذا لوٹ دیتی تھی + اسی کے ساتھ ہی سانس لینے مین بھی بہت مشکل معلوم ہوتی تھی اور سینہ مین درد تھا۔ اور تمام جسم مین عام طور سے ایک قسم کی خرابی واقع ہوگئی تھی +

اس وقت مین نے ہومیوپیتھی کا تجربہ کیا۔ لیکن اس قسم کے علاج کے طبیب نے بھی یہ ہی کہا کہ میری بیوی کا مرض لاعلاج ہے۔ اوسکی حالت مین کوئی معقول ترقی نہ حاصل ہوئی +

آخرش اس تمام گردش کے بعد میری بیمار بیوی کی خوش قسمتی سے ہم لوگ مسٹر لوئی کوہنی صاحب کے اوس کارخانہ مین آئے جہانکہ بغیر ادویات اور بغیر اعمال جراحی امراض کو اچھا کیا جاتا ہے +

اس مقام پر میری بی بی کو خاص ہدایات کے مطابق دوبار فریکشن سٹز باتھ روزانہ بتلایا گیا اور ایک غذا بھی جو کہ اوسکی حالت کے موافق تھی تجویز کی گئی + ایک ہفتہ مین ہی اوسکی عام تندرستی مین ایک قابل لحاظ بہتری ہوئی + اوسکا ہاضمہ اب زیادہ صحیح تھا اور چند ہفتے مین درد کم ہوگئے۔ چکر آنے کے حملے اور سانس لینے مین مشکل اور دیگر خرابیان رفع ہوگئین اور باوجود کم غذا کے مریضہ کی طاقت روز بروز بڑھتی گئی + پس میری بی بی بمقابلہ پیشتر کے اچھی اور زیادہ تندرست معلوم ہونے لگی۔ اور سب لوگ جنہوں نے کہ اوس کو دیکھا اوسکے پورے طور سے آرام ہو جانے پر بہت ہی متعجب ہوتے + یہ مجکو بھی معلوم ہوا کہ میری بیوی کی

نظر بمقابلہ پیشتر کے یا بمقابلہ ایام معالجہ کے اس علاج کی وجہ سے بہت ہی اچھی ہوگئی + وہ بات جو کہ مشہور اطبا دو سال مین بھی نکر سکے تھے مسٹر کوہنی صاحب کے کارخانہ مین ۶ ہفتے سے کم زمانہ مین حاصل ہوگئی + یہ بات قدرتی ہے کہ ہم لوگ ہمیشہ مسٹر کوہنی کے ممنون رہین گے اور بیمار انسان کے لئے جو اونکا یہ دردمندی کا کام ہے اوسمین ہم اونکے لئے خدا کی برکتین چاہتے ہین +

بہرحال یہ ایک ایسا طبیب ہے جو کہ واقعی شفا کرسکتا ہے اور امداد پہونچا سکتا ہے +

گسٹو - پی -
ازمقام لینزگ

نمبر ۶ - آنکھ کی لاعلاج بیماری - سر مین اعصابی خرابی - بلعوم کی مزمن سوزش سوزش مثانہ - پشت مین ایک جانب درد

پیارے مسٹر کوہنی - آپکی احسان مندی کا بڑا خیال مجھے اس امر کی اجازت نہین دیتا ہے کہ مین اپنی آنکھ کی سخت بیماری کے جلد آرام ہو جانے اور مرض کے راستہ اختیار کرنے کے صحیح صحیح طریقے کے بیان کو آپکی خدمت مین بھیجنے سے باز رہون - اور مین آپسے درخواست کرتا ہون کہ آپ اس تحریر کا استعمال جیسے چاہین کرین +

ابتدا سے طفولیت سے مین آنکھونکے ایک قسم کی مزمن سوزش مین جو کہ چیچک کے بعد باقی رہ گئی تھی مبتلا رہا تھا + مین نے مختلف حکما کا مشورہ بے سود حاصل کیا تھا - کیونکہ گو مرض چند روزہ دب جاتا تھا لیکن وہ ہمیشہ پھر تھوڑے عرصہ کے بعد پیشتر سے زیادہ خراب حالت مین ظاہر ہوتا تھا + کیلومل - پارے سے بنے ہوئے مرہم اور زنک لوشن بے سود آزمائے گئے - اور سوزش کم نہوئی + مین دس میڈیکل اشخاص کا مشورہ ان سالون مین لیا ہوگا مگر کبھی کامیابی نہوئی +

اس دوران مین میری آنکھین دمبدم زیادہ خراب ہوتی گئین - انجیکشین آئی ڈیزیز ا ٹراکوما)[1] پیدا ہوگئی اور میری حالت قابل افسوس ہوگئی + ہمیشہ امید شفا رکھکر مین وائنا مین آنکھون کی علاج گاہ مین پہونچا جہانکہ بورسیک ایسڈ - کاسٹک پوٹاس - کرویسو سلمیٹ - آیوڈو فارم کے ذریعے سے میرا علاج چھہ ماہ تک ہوا - مگر بغیر کچھ بھی کامیابی حاصل کئے ہوستے تین عمل جراحی میری داہنی آنکھ پر

نوٹ [1] آنکھ مین ایک قسم کے رو ہے کو کہتے ہین + ۱۲

کیئے گئے جس سے کہ مجھے بہت ہی سخت تکلیف ہوئی +

باوجود ان سب باتوں کے میری حالت دمبدم زیادہ خراب ہوتی گئی + آخرکار جبکہ ڈاکٹروں نے دیکھا کہ وہ کچھ بھی نہیں کر سکتے تو انہوں نے مجھے (علاج گاہ سے) رخصت کردیا۔ اور اگر میں نے آپکے طریق علاج کا استعمال نہ کیا ہوتا تو میں ضرور اندھا ہو گیا ہوتا۔ چھ ماہ تک آپکی ہدایات پر (غیر محرک غذا اور فریکشن باتھ پر) پورے طور سے عمل کرکے میں نے اس علاج کی وجہ سے ہی شفا پائی ہے +

یہی نہیں کہ دوران علاج میں صرف میری آنکھ کی بیماری ہی ہر ہفتہ اچھی ہوتی گئی بلکہ اوسی کے ساتھ میرے سر کی عصابی تکلیف بھی جس مین کہ میں تین سال سے مبتلا تھا دور ہو گئی + اوسکے بعد میری مرض سوزش بلعموم اور خرابی فعل مثانہ (جو کہ سوزش مثانہ کے بادویات علاج کرنے کے بعد باقی رہ گئی تھی) بالکل جاتی رہی۔ اسی کے ساتھ وہ بہت سخت درد جو کہ پشت اور جانبین[1] میں ۸ سال سے مرض پلیوریسی (ذات الجنب) کے بعد ہونے لگے تھے دور ہو گئے +

میری عام تندرستی کلیتہً بہت عمدہ ہو گئی ہے۔ جب سے کہ آپکے طریق علاج پر عمل کیا ہے اس وقت سے میرا دماغ ایسا تر و تازہ ہے جیسا کہ کبھی پیشتر نہ تھا + اس خواہش کے ساتھ کہ بہت سے بیمار لوگ آپ کے طریق علاج کا استعمال کریں تاکہ یہ طریق جو کہ تنہا ہی سچا علاج ہے لوگوں کی روز افزوں توجہ اپنی جانب حاصل کرے۔

ازمقام لیس (ٹرینسلوینیا) میں قایم ہوں آپکا برادر وفادار یوحین۔ کے

نمبر ۴۸۔ سوزش شش (پھیپھڑہ) ڈفتھیریا۔

ڈیر مسٹر کوہنی ! میری چھوٹی لڑکی عمر ۹ سالہ کے علاج میں جو آپکو عجیب کامیابی حاصل ہوئی ہے اسکا اقرار کرنے سے اور اوسکے لیے اپنی دلی مشکوری کا علانیہ طور پر اظہار کرنے سے میں باز نہیں رہ سکتا +

میرے گھر کے طبیب نے پھیپھڑوں میں سوزش تشخیص کی اور اس بچہ کا علاج قریب دو ماہ تک بغیر کامیابی

[1] یعنی ہر دو جانب مراد اس مقام سے معلوم ہوتی ہے جو کہ دھڑ کے بالائی حصہ کا داہنا و بایاں کہلاتا ہے یعنی وہ مقام جو کہ اس حصہ میں بغل سے نیچے کو ہوتا ہے + ۱۲

حاصل کئے ہوئے کیا۔ مین اور میری بیوی خراب سے خراب انجام کے لئے طیار تھی۔ کیونکہ ہمکو اب
آیندہ امید اوسکے شفا ہونے کی باقی نہ رہی تھی۔ اس حالت مصیبت مین مین تھا جبکہ مجھے آپکا خیال آیا +
مینے آپکو ایک پوسٹ کارڈ تحریر کیا اور درخواست کی کہ آپ تشریف لاوین اور آپنے کہا کہ اگر تم کو اطمینان
ہو تو سب دوا اپنے حکیم کا بتلایا ہوا علاج تم بند کردو تو بچہ تھوڑے ہی عرصہ مین صحت پاجاویگا۔ بشرطیکہ تم
میری ہدایات کی ٹھیک ٹھیک تعمیل کرو گے مینے اور میری بیوی نے وعدہ کیا اور آپکی صلاح پر عمل کیا اور
نتیجہ یہ ہوا کہ دوسرے ہی دن ہمین طور سے افاقہ معلوم ہوا + ایک ہفتہ گذرنے پر ہم لوگ یہ کہہ سکتے ہین کہ
ہمارا بچہ بچ گیا + آج کے دن یہ بچہ بالکل اچھا ہے۔ ادھر اُدھر دوڑ سکتا ہے۔ ہنستا ہے اور کھیلتا ہے
مجھے یقین اس امر کا ہے کہ اگر آپ درمیان مین نہ آگئے ہوتے تو میرا بچہ اسوقت زیر زمین آرام کرتا ہوتا +
اسی وقت پر ایک پورلنے ملاقاتی نے مجھسے ملاقات کی یعنی اوسی خوفناک مرض ڈفتھیریا سے جس سے
کہ ہمنے چودہ برس تک پہلے مقابلہ کیا تھا + اسنے میرے دیگر پانچ بچون کو یکے بعد دیگرے ستایا۔ مگر
آپکے زیر معالجہ رہکر اُن سبھون کو شفا ہوگئی + پس مین پھر تحریری اظہار اپنی سرگرم شکرگزاریون کا آپکی خدمت
مین کرتا ہون اور آپ سے درخواست ہے کہ اس تحریر کو جب آپ چاہین کام مین لاتین +

از مقام لپزگ　سچی سے سچی قیمت کرتا ہوا مین ہون آپکا بہت ہی مشکور۔ کارل آئی۔

نمبر ۶۹۔ معدہ اور آنتون کی مزمن سوزش۔ اعصابی خرابی۔ کمزوری حافظہ۔ خیالاتِ خودکشی

پیارے صاحب! مین ایسی خوش حالت مین ہون کہ آپکی خدمت مین ایک بہت ہی اچھی
رپورٹ بھیجون + ان حالات سے جو کہ مینے اپنی بیماری کے متعلق آپکی خدمت مین قبل آپکا علاج کرنیکے
بھیجے تھے۔ آپ کو میری حالت یاد آجاویگی + میری بیماری بہت ہی سخت تھی۔ گزشتہ چار سال مین
خصوصًا میرے اعصاب کو خرابی غذا سے بہت نقصان پہونچا تھا۔ پس یہ بات دیکھنا بہت آسان ہے کہ مجھے
دو ہفتے خواہ وہ دہ مین پورا آرام نہین ہوسکتا تھا +
مین اسکا بھی ذکر کرتا ہون کہ میرے حافظے نے بہت کچھ ترقی کی ہے اور یہ کہ مین پھر خوش و خرم ہوگیا ہون +

خود کشی کا مجھے اب خیال بھی نہین آتا۔ اور نہ اب مجھے ذراسی بھی شکایت درد ہائے سر کی ہے۔ یہ باتین اب بالکل جاتی رہین + گرمیون اور جاڑون مین کھڑکیان کھلی رکھکر سونے کے متعلق آپکی نہایت صلاح پر بھی مینے عمل کیا ہے۔ اور مین اس کو بہت ہی نافع پاتا ہون +

آپکو معلوم ہوگیا ہوگا کہ آپکے طریق علاج نے مجھے بہت ہی زیادہ نفع بخشا ہے۔ مین تہ دل سے چاہتا ہون کہ مثل میرے بہت سے مریض آپکی علاج گاہ مین جاوین + مین یقین کیساتھ کہہ سکتا ہون کہ جو نتیجہ مجھے آپکے طریق علاج کے چھ ماہ کے استعمال سے ہوا ہے اوسکے حاصل کرنے مین کئی سال لگ گئے ہوتے + آپکے کارخانہ کی آیندہ کے لئے ہرایک قسم کی کامیابی چاہتا ہوا۔ مین ہون بہت مشکوریون کے ساتھ۔

ازمقام سینٹ (موریا) آپکا بہت سچا ہیوگو۔ بی۔ آسٹرین پوسٹماسٹر

نمبر ۷۰۔ احتباس حیض۔

ڈیر مسٹر کوہنی! آپکو اب بھی یاد ہوگا کہ گزشتہ موسم خزان مین مینے آپ کو اپنی بیوی کی نسبت تحریر کیا تھا جو کہ شروع ماہ اگست سے احتباس حیض کی خرابی مین مبتلا تھی اوسنے مجھے فکر مند کردیا کیونکہ مینے خیال کیا کہ یہ شاید میری بیوی کے لئے خطرناک ثابت ہو۔ اس لئے مین نے ۱۰ اکتوبر کو آپسے مشورہ حاصل کرنے کے لئے چٹھی بھیجی تھی جسپر آپنے جواب دیا تھا کہ مجھے کچھ فکر نکرنی چاہئیے کیونکہ جلدہی یہ بات ٹھیک ہوجاویگی۔ آپکے طریق علاج کے استعمال کرنیکے بعد یہ پیشین گوئی ۱۹ مارچ ۱۸۹۴ء کو صحیح ثابت ہوئی + اوس وقت تک قریب ۹ ماہ کے ہوئے تھے کہ میری بی بی کو ایام حیض نہین ہوئے تھے +

اس موقع پر پھر ایک بڑی عمدہ کامیابی آپکے طریق علاج کو ہوئی۔ درحقیقت ایسا نتیجہ اکثر حاصل نہین ہوتا ہے پس اس تعجب دلانے والے واقعہ پر مین اپنی بڑی خوشی کا اظہار آپکے روبرو ضرور کرونگا +

ازمقام کیل آپکا وفادار ایچ ایچ۔

نمبر ۷۱۔ کالی کھانسی۔ یعنی کوکر کھانسی۔

پیارے صاحب۔ اپنے شناساؤن کی متواتر سفارش سے مینے آپکے طریق علاج کو اپنے تین بچون کی حالت مین جو کہ ایک ہی وقت مین اوس خطرناک خرابی یعنی کالی کھانسی مین گرفتار ہوگئے تھے۔ بڑی کامیابی سے

ساتھ استعمال کیا ہے + تین دن کے اندر ہی نے اونکو اس مرض سے بالکل اچھا کر دیا +
اور بس اسے پیارے مسٹر کوہنی! مین سچی شکر گزاریان آپکی خدمت مین پیش کرتی ہون + میری
خواہش یہ ہے کہ (اور اسمین ذرا بھی شک نہین کہ ایسا ہی ہوگا بھی) آپکا طریق علاج ایسا ہی نافع تمام دیگر
مرضون مین بھی ثابت ہو۔ نیز یہ کہ اس نئے قدرتی طریق علاج کی بڑی قیمت کو لوگ زیادہ
زیادہ جان جاوین +

از مقام لیزگ آپکی ایماندار اسیم صاحبہ) **تھریس۔بی۔**

نمبر ۲۷۔ عام کمزوری۔ بھوک نہ لگنا۔

پیارے صاحب۔ اس امر مین مجھے بڑی خوشی ہے کہ مین آپ کو اس عمدہ کامیابی کی اطلاع
دیتا ہون جو کہ مجھے اسوقت تک آپکی تحریری ہدایتون کے موافق اپنی لڑکی کے علاج کرنے مین حاصل ہوئی ہے +
شروع کرتے ہی فرکیشن باتھ کے استعمال ہی سے ایک نمایان افاقہ نظر آیا۔ جسم کی سستی رفع ہو گئی۔
بھوک پھر لگنے لگی۔ قبض رفع ہو گیا۔ اور آپکے طریق علاج کے استعمال کے وقت سے جلد کی رنگت
بجائے زرد کے عمدہ گلابی ہو گئی +

بہت بہت سلام عرض کرتا ہوا
از مقام کلین فاک آپکا وفادار **الف۔بی۔**

نمبر ۲۸۔ درجع مفاصل یعنے گٹھیا۔ مرض جگر۔ بواسیر کے مسّے۔

ڈیر مسٹر کوہنی۔ آپکے طریق علاج کے ذریعے سے مجھے تندرستی حاصل کیئے ہوئے قریب دو سال گزر چکے ہین تا
اسوقت سے مجھ مین کوئی خرابی واقع نہین ہوئی ہے۔ پس مین اپنے نزدیک اور اُن لوگون کے نزدیک
جو کہ میرے اُن ایام کی اور اب کی حالت سے واقف ہین مثل ایک معجزہ متحرک کے ہون آپ واقف ہین کہ کس نازک
حالت مین آپکے پاس اولاً آیا تھا۔ واقعی مین تمام عمر مین کبھی اچھا ہی نہین رہا۔ گٹھیا۔ زکام اور ہر قسم کی دیگر خرابیان
متواتر ایک دوسرے کے بعد واقع ہوتی تھین۔ اسکے بعد بوجہ بواسیر کے مسّون کے اور ایک خراب مرض جگر کے
مین دس سال تک مختلف اطبا کے ہاتھون مین یعنی ہومیوپیتھ اور الوپیتھ دونون کے ہاتھون مین رہا۔
آخر الذکر (یعنی الوپیتھک طبیب) جسکا کہ مین نے مشورہ لیا وہ ایک مشہور پروفیسر لون یونیورسٹی کا تھا +
اُس زمانہ مین مین اسقدر بیمار ہو گیا کہ مشکل سے ہی اپنے پیشہ کا کام کر سکتا تھا۔ اور یون کہنا چاہیئے کہ

بیٹنے زندگی سے حساب طے کرلیا تھا + میری حالت میں آپکے طریق علاج کی تعجب انگیز کامیابی نے دیگر مریضوں کو ایسی امداد حاصل کرنے کی ترغیب دی ہے - اور اسمیں اونکو مایوسی حاصل نہیں ہوئی ہے - اُن احسانات کی اطلاع جوکہ مین اور میرے گھر کے لوگ آپکی جانب سے معلوم کرتے رہیں گے - مین آپ سے پہلے ہی کرچکا ہوں - موجودہ خط کی غرض صرف یہی ہے کہ آپ سے اس امر کی درخواست کروں کہ اس نیک کام کے فائدہ کے لئے اور دیگر بے تعداد مریضوں کے لئے آپ میری اس شفایابی کی رپورٹ کو عوام پر جسقدر کہ زیادہ ظاہر کیا جاسکے ظاہر کریں + ان کامیابیوں کا جوکہ میرے خاندان اور دیگر خاندانوں میں آپکے غسلوں کے استعمال سے اور قدرتی طریق میں زندگی بسر کرنے سے حاصل ہوئی ہیں اور جنکے دیکھنے کا موقع ملا ہے میں اور بھی زیادہ ذکر کرسکتا تھا - لیکن یہ کہ بیان کرنے سے مجھے بہت دور چلا جانا پڑے گا + میری عمر اب ۸۱ سال کی ہے اور اس قصبہ میں جہاں کی مردم شماری ۱۵۰۰۰ ہے مین سولہ سال سے ایونجلیکل مشن کا سپرنٹنڈنٹ رہا ہوں پس زیادہ تفصیلات ہر وقت حاصل کی جاسکتی ہیں +

بہت تعظیم کے ساتھ مین قایم ہوں آپکا ہمیشہ کا احسان مند

از مقام بارمین آرنسٹ ایف

نمبر ۴۷ - معدے کی خرابی - اعصابی بیماری - قبض -

مین سمجھتا ہوں کہ مین آپکا بڑا ہی احسان مند ہوں - کیونکہ آپ نے اپنے بغیر ادویات اور بغیر اعمال جراحی والے نئے طریق علاج کے ذریعہ سے مجھے میرے اُس معدے کی خرابی اور اعصابی خرابی کی حالت میں جسمے کہ مین چھ سال سے تکلیف مین تھا آرام پہونچایا۔

پانچ دن مین آپ نے وہ کام کیا جوکہ مشہور طب اور تمام ادویات جوکہ خیال مین لائی جاسکتی ہین میرے حق مین نکرسکی تھین - یعنی دست باقاعدہ آتا - پیشتر مجھے ہمیشہ پچکاری استعمال کرنا پڑتی تھی +

از مقام وی مغربی پرشیا رقم زیدٔ مدرسہ مین اُستاد

نمبر۵۷ - اعصاب کی بیماری -

پیارے مسٹر کوہنی ! مجھے اندرونی ضرورت اس امر کی معلوم ہوتی ہے کہ اپنی دلی حالت کا اظہار کرون + آپکا طریق علاج بمقابلہ اُن تمام طریقون کے جنہین کہ ادویات استعمال کیجاتی ہین اور جوکہ (جیسا کہ بہت سے واقعون سے ثابت ہے) مصیبت زدہ انسان کے تئے "سائنٹفک" آدمیون کے ہاتھ سے بھی تکلیف اور تباہی لاتے ہین - بے حد قیمت رکھتا ہے + قریب قریب ہر شخص کو خود اپنی حالت مین یا اپنے خاندان مین اس قسم کا تجربہ ہوا ہوگا + اس واقعہ پر نگاہ رکھکر اگر اب بھی اپنی زندگی یا اپنے عزیزون کی زندگی کو بوجہ عادت یا رغبت سابقہ - نیچر سے جان بوجھکر گریز کرکے خطرے مین روزانہ ڈالا جاوے تو گویا ارادتاً آنکھین بند کر لینا ہے +

مین اس چٹھی کو بغیر پھر اُس بات کو کہنے کے جو کہ مینے بار بار کہا ہے ختم نہین کر سکتی - یعنی کہ ہمارا جسم کو اچھا کرنیکا جو طریقہ کہ آپنے دریافت کیا ہے اُس کو مین ایک واقعی ذہین طبیعت کا ثمرہ خیال کرتی ہون اور میری یہ رائے محض اس وجہ سے نہین ہے کہ میرا خیال اسکے متعلق پیشتر سے ہی اچھا ہے - بلکہ برسون کے تجربہ پر اور اُس بہت عمدہ کامیابی پر جو کہ آپنے میرے خاندان کے علاج مین حاصل کری ہے یہ رائے میری قایم ہوئی ہے -

ہم لوگ بغیر پس و پیش کے یہ کہہ سکتے ہین کہ آپنے میری ہمشیر کی زندگی یا جان بچالی ہے - میرے بچونکی حالت مین بھی (جنکو آپنے مختلف امراض سے بہت ہی قلیل عرصہ مین شفا بخشی ہے) آپکے طریق علاج کے تعجب انگیز اثر کی وجہ سے مین آپ سے واقفیت حاصل کرنے کو منجملہ اُن سب باتون کے جو کہ لیزگ مین میرے کل زمانہ قیام کی حالتمین مجھے حاصل ہوئی ہین سب سے زیادہ بیش قیمت سمجھتی ہون + آپ مطمئن رہین کہ جہان کہین مین رہونگی آپکو شکریہ کے ساتھ یاد رکھونگی اور آپکے اصولون کو سرگرم طریقے مین مضبوطی دونگی +

از مقام وائنا　　　آپکی بہت سچی (مسٹر) اولگا - ایل

نمبر ۷۶ - درد گٹھیا

پیارے صاحب - مین اس امر کی تصدیق کرنے پر خوش ہون کہ آپکے ایجاد کئے ہوے **اسٹیم و فریکشن ہپ باتھ** کے متواتر استعمال سے مجھے سخت درد گٹھیا سے جلد آرام ہوگیا - صرف دوسرے ہی غسل کے بعد بغیر درد کے مین پیرون چل سکا + مین اسی قسم کے مرض کے مریضون سے آپ کے غسلون کی پورے طور سے

سفارش کرسکتا ہون +

ازمقام لینرگ — آپکا وفادار جی - ای -

نمبر ۷۷ - بیکار ہاتھ

اول شادی سے میرے سب سے چھوٹے لڑکے مسمی اگسٹ ڈان بی - عمر ۱۲ سال نے ابتداے دسمبر ۱۸۹۵ء مین دہنے ہاتھ مین شدت کے درد اور بھاری پن کی شکایت کری + جلدہی یہ ایسا زیادہ خراب ہوا کہ وہ اپنے ہاتھ اور بازو کو استعمال کرنے کے ناقابل ہوگیا اور اوسے اپنا بازو کسی چیز مین لٹکا کر رکھنا پڑتا تھا + مختلف علاج جو کہ کئے گئے تھے بے اثر ثابت ہوئے - اتفاقیہ مینے مسٹر کوہنی کے علاج کا ذکر سنا نیز یہ کہ اونھون نے اسی قسم کے مریض کامیابی کے ساتھ اچھے کردئے ہین - پس ہمنے اپنے بچہ کو اونکے زیر علاج رکھنے کی تجویز کری + ہمنے مسٹر کوہنی کی ہدایات پر پورے طور سے عمل کیا +

اگرچہ زیادہ وقت گذر گیا اور اس عرصہ مین ہمارے صبر کی آزمایش ہوتی لیکن آخر مین اس لڑکے کے سرکش مرض مین ایک قسم کی تبدیلی بجانب بہتری نظر آئی + فریکشن ہپ اور سٹز باتھز اور غیر محرک غذا (حسب ہدایات) کے ذریعہ سے صرف بیکار ہاتھ ہی اچھے نہین ہوگئے بلکہ بے حد خراب ہاضمہ اور بھوک دونون درست ہوگئین +

دستخط — ایڈل کے

ازمقام ڈریسڈن — لفٹننٹ کرنل کے - کی بیوی

نمبر ۷۸ - شکم کی سخت خرابی - جریان الرحم

پیارے صاحب - اس مقام سے مجھے خواہش اس امر کی ہوتی ہے کہ آپکے اس علاج کے لئے جس نے کہ مجھے شفا بخشی ہے اپنی دلی شکرگزاری کا اظہار آپکے (جو کہ بنی انسان کو فائدہ پہونچاتے ہین) روبرو کرون + مینے برسون تک عمدہ سے عمدہ اطبا کا مشورہ لیا مگر بمقابلہ نفع کے نقصان زیادہ ملا + ان سبھون نے آپریشن (عمل جراحی) کرنے پر اصرار کیا - مگر اب مین آپ کی امداد سے بغیر کسی عمل جراحی کے اپنے مرض سے شفا پاگئی ہون + جملہ امراض کی حالت مین آپکی عمدہ کامیابیونکا ذکر مین ہر جگہہ کرونگی - نیز اسکا کہ بغیر امداد ڈاکٹرون اور اعمال جراحی کے تندرستی حاصل کرنا کس طرح سے ممکن ہے + آپکی مہربانی اور توجہ کے متعلق اپنی دلی شکرگزاریکا

از سرِ نو اظہار کرتی ہوں۔ میں ہوں آپکی بہت ہی

وفادار (مسز) ای۔ ایل۔

ازمقام لیزگ

نمبر ۷۹۔ ہاضمہ کے متعلق خرابی

پیارے صاحب۔ میں چاہتا ہوں کہ اپنی بی بی کی جانب سے آپکا شکریہ بابت نسخہ عمل کے ادا کروں۔ چار سال تک میری بیوی کی تندرستی بالکل خراب ہو گئی تھی۔ اس تمام زمانہ میں اُس کو نہ تو آرام الوپیتھک اطباء سے اور نہ ہومیوپیتھک اطباء سے ملا۔ اور موت سامنے ہی کھڑی ہوئی نظر آتی تھی۔ اپنی حالت ناامیدی میں ہم لوگوں نے آپ سے مشورہ لیا۔ اب ساڑھے پانچ ماہ تک علاج کرنے کے بعد میری بیوی بالکل تندرست اور توانا ہے۔ آپکی خدمت میں حاضر ہونے سے پہلے اوسکا وزن ۱۰۴ پونڈ تھا اب اسکا وزن ۱۲۶ پونڈ ہے۔ آپکا شکریہ ادا کرتا ہوا اور آپکے حق میں دعا کرتا ہوا

آپکا صادق۔ ٹی۔ ڈبلیو

ازمقام کرچھین۔ لورکوسٹیا

نمبر ۸۰۔ بآسانی قرارِ حمل اور زچگی

پیارے صاحب۔ مجھے اجازت دیجئے کہ بغیر آپکے دریافت کئے ہوئے آپکو مطلع کروں کہ وہ علاج جو کہ آپنے اپنے خط کے ذریعہ سے تجویز کیا تھا اچھا کارآمد ثابت ہوا۔ میری بیوی اس وقت تک چار مرتبہ جنی ہے۔ اول مرتبہ بہت مشکل واقع ہوئی۔ دوسری مرتبہ میں جراحی چھٹی کا استعمال کیا گیا۔ اور تیسری اور چوتھی مرتبہ کے قبل ہم لوگوں نے آپکا علاج کیا۔ یہ بہت ہی قابل اطمینان ثابت ہوا۔ دونوں زائیدگیاں بہت آسانی سے عمل میں آئیں۔ اپنے اور اپنی بی بی کی طرف سے میں آپکا صدق دل سے شکریہ ادا کرتا ہوں۔ ایسا نتیجہ واقعی قابل مشکوری ہے کیونکہ تکلیف دہ زائیدگی ایک خراب امر ہے۔

آپ کے لئے دعا کرتا ہوا۔ آپ کا وفادار

جارج۔ ایس۔

ازمقام میونخ

نمبر ۸۱۔ نقرس یعنی گاؤٹ

پیارے صاحب۔ اس چٹھی کے ذریعہ سے میں اپنی دلی مشکوریاں نسبت آپکے علاج کے آپکی خدمت میں

بھیجتا ہون + میرا مرض اسقدر زیادہ عرصہ تک مزمن ہو چکا تھا از زمانہ اسکول سے اسکی ابتدا تھی) کہ مجھے امید شفا بمشکل ہوتی تھی + بارہ سال کی عمر مین بھی میرے پیر کے انگوٹھے مین درد ہوتے تھے جو کہ بڑھکر نقرس ہو گئے تھے۔ کئی سال کے اندر میری حالت متواتر خراب اور ناقابل برداشت ہوتی گئی خصوصًا اس وجہ سے کہ جملہ اطبا جنسے کہ مشورہ لیا گیا امداد نکر سکے تھے + میرے ہاتھ اور پاؤن کے جوڑ سوج کر ایسے سخت ہو گئے تھے کہ آخر کار مین اونکو استعمال نہین کر سکتا تھا + زائد از ڈیڑھ سال تک میری زندگی نہایت ناامیدی کے ساتھ گذری کیونکہ مین بالکل حرکت نہ کر سکتا تھا اور تکلیف کا سہنا اس وجہ سے اور بھی سخت ہو گیا ہے کیونکہ کوئی طبیب مجھے آرام نہ پہونچا سکا تھا۔ مین اپنا چھوٹے سے چھوٹا کام بھی نہ کر سکتا تھا۔ بلکہ دوسرا ہی شخص مجھے کھانا بھی کھلاتا تھا + مثل نوزائیدہ بچہ کے مین لاچار تھا اور اس وجہ سے میری تیمارداری مین بھی زیادہ وقت ہوتی تھی +

چھ ماہ گذرے کہ آپ کے زیر علاج آنے پر میرا نقرسی جسم درستی کرنے لگا + دو تین ہفتہ مین میری ٹانگ اور پاؤن خصوصًا ایسے باآسانی موڑے جا سکے کہ مین آخرش اپنے اعضا کو حرکت دینے کے قابل ہوا اور چل پھر سکا۔ میرے ہاتھ اور انگلیان جو کہ برے طور سے مڑ گئے تھے اور سوج گئے تھے روزانہ زیادہ ملایم اور صحیح ہونے لگے ہین + صرف وہی اشخاص جو کہ ایام گزشتہ کی میری خراب حالت سے واقف ہین۔ وہی اس شکر گزاری کو خیال مین لا سکتے ہین جو کہ مین ان سطرون کے تحریر کرنے مین معلوم کرتا ہون +

از مقام لیبرگ

آپکا وفادار ایمل ڈبلیو

نمبر ۸۲ - حلق کا مزمن مرض

مین اس تحریر کی رو سے اس امر کی تصدیق کرتی ہون کہ مسٹر کوہنی طبیب ساکن لیبرگ نے میرے حلق کی مزمن بیماری کو آرام کر دیا جو کہ مشہور اطبا ماہرین امراض حلق کے قابو مین نہین آئی تھی + شدہ دو سال تک مینے اونکے بتلائے ہوتے غسلون کا استعمال کیا ہے اور اونکے باعث اسقدر تازگی معلوم ہوتی ہے کہ مین بغیر تکان کے تیس سبق ہفتہ وار علم موسیقی مین دیسکتی ہون +

کلیرا سی۔ علم موسیقی کی مدرسہ

نمبر ۴۳- دردسر- بیہوشی کے دورے- مرض حلق

پیارے مسٹر کیوہنی! آپکے عجیب طریقہ علاج کے صلہ مین - جسکے ذریعے سے کہ مجھے - دردسر بیہوشی کے دورون اور امراض حلق سے نجات ملی ہے - مین اپنا یہ فرض سمجھتا ہون کہ اس عمدہ نتیجہ کے لئے اپنی سرگرم شکر گزاریان اس تحریر کے ذریعہ سے آپکی خدمت مین روانہ کرون + یہ آرزو رکھتا ہوا کہ خداوند کریم کی برکت سے بیمار انسان کو امداد پہونچانے کے لئے آپ ابھی بہت عرصہ تک سلامت رہین +

ازمقام لیپزگ　　ہین ہون آپکا سچا کیرولین - کے -

نمبر ۴۴- صرع یعنی مرگی -

نیچے دستخط کرنیوالا شخص خوشی کے ساتھ اس امر کی تصدیق کرتا ہی کہ بانی کے ذریعہ علاج کے کارخانے واقع فلاس پلیٹر شہر لیپزگ کے مالک مسٹر کوہنی نے ایک لڑکے مسمی گول سابق شاگرد ایجاب کو مرگی دیرینہ سے بالکل آرام کردیا ہے +

مرگی کے دورے ہر روز آخر مین کئی کئی بار ہونے لگے تھے اور بلحاظ ظاہری علامات یہ دورے مثل جنون کے نظر آتے تھے +

علاج کرنے کے وقت سے کوئی دورہ نہین ہوا ہے - اور لڑکے کا رنگ تندرستی کا رنگ ہوگیا ہے

راقم چاہتا ہے کہ وہ اس امر کا ذکر خاصکر کرے اگرچہ یہ مسٹر کوہنی کی خواہش کے خلاف ہی کیون نہو) کہ کل زمانہ علاج مین جسمین کہ چار ماہ لگے مسٹر کوہنی نے یہی نہین کہ کچھ فیس ہی نہ لی ہو بلکہ اُس لڑکے کی بیوہ والدہ مسز ایڈا - گول کی امداد روپیہ پیسے سے کی - تا کہ وہ اپنے لڑکے کی خدمت زیادہ عمدہ طور سے کرسکے + علاوہ مسز گول کے صرف راقم کو ہی اس واقعہ کا حال اب تک معلوم تھا +

وہ شخص جو کہ مریض کو اس طریق مین یعنی اپنا ذاتی نقصان اوٹھا کر قبول کرتا ہے درحقیقت ایسا نیک انسان ہے جو کہ ہر حال مین مریض کے نہیتن مشیر صادق ثابت ہوگا +

ازمقام لیپزگ　　راقم - ای - ایچ -

نمبر ۸۵ - ریڑھ کا ٹیڑھاپن - اعصابی خرابی -

میرے پیارے مسٹر کوہنی ! یہ بات دلی اطمینان کے ساتھ ہے کہ جو مین عرض کرتا ہون کہ اس وقت تک کے علاج کے اثر سے مین کیسا خوش ہون - بلحاظ اوسکے اثر کے جو کہ میرے بیٹے کی حالت مین واقع ہوا ہے (یعنی ریڑھ کے ٹیڑھے پن کی حالت مین) اور خود میری حالت مین (یعنی اعصابی خرابی کی حالت مین)

چھ ماہ تجربہ کرنے کے بعد ہم لوگ اس علاج کو پورے بھروسہ کے ساتھ کر رہے ہین + جب کبھی کہ مجھسے دریافت کیا جاوے مجھے کسی قسم کا پس و پیش مذکورہ بالا طریق مین اپنی رائے کے اظہار کرنے مین نہوگا + اس امر کو آپ ہی پر چھوڑتا ہون کہ میرے اس بیان کا جو استعمال کہ آپ چاہین کر سکتے ہین +

از مقام ویمار دعا کرتا ہوا آپکا بہ اوفادار ولی - امیر المجبر

نمبر ۸۶ - انفلوانزا طبیعت کی پراگندگی - گھبراہٹ - نیند کا نہ آنا -

پیارے مسٹر کوہنی ! اوس بیش بہا خدمت کے لئے جو کہ آپنے میرے شوہر کی اونچی بیماری کی جانب ادا کری ہے مشکوریون سے پُر ہو کر مجھے آپکے عمدہ طریق علاج کے راحت انگیز اثر کو قبول کرنے مین خاموشی اختیار نکرنا چاہیئے +

قریب وسط ماہ دسمبر ۱۸۹۳ء مین میرا شوہر انفلوانزا کے مرض مین ایسا گرفتار رہا کہ ہمکو بڑا خوف ہو گیا + دماغ پر اس درجہ اثر پڑا تھا کہ اوسکی سمجھ پر بالکل بادل چھا گیا تھا + ہمنے پورے پندرہ روز تک روزانہ اوسکی طبیعت کی پراگندگی مین ترقی دیکھی جو کہ ہمکو بہت ہی خائف کرتی تھی اور ہمیشہ گھبراہٹ موجود پائی - انکی وجہ سے مریض کی شب و روز نگرانی کرنا لازم ہوئی اور ہم لوگون کو بہت ہی بڑا فکر پیدا ہو گیا +

اوس طبیب نے جس کے زیر علاج میرا شوہر تھا کہدیا کہ اب کچھ نہین کیا جا سکتا اور خاموشی اختیار کرنے کا حکم دیا + اپنے اون دوستون کے اصرار پر جنکو کہ آپکے طریق علاج کے تعجب انگیز اثر کا پورا یقین تھا اوس وقت مین مینے اپنی رضامندی دیا اور آپکی (پیارے مسٹر کوہنی کی) صلاح حاصل کرنا تجویز کیا + چونکہ اول کے پانچ غسل آپنے مہربانی فرما کر خود ہی دئے تھے آپکو اس امر کے دیکھنے کا خود ہی موقعہ ملا

کہ اول ہی غسل کے بعد قابل لحاظ خاموشی اوسکی حالت مین واقع ہوگئی۔ بعد دوسرے غسل کے نیند آئی جسکا آنا باوجود ہرقسم کی خواب آور دوا کے پندرہ روز سے غیر ممکن رہا تھا۔ اور بعد ازان ہر غسل کے بعد ایسی علامات نظر آئین جنسے معلوم ہوتا تھا کہ سمجھ آتی جاتی ہے + ہر گھنٹہ طبیعت زیادہ زیادہ صاف ہوتی گئی۔ اور بعد چار یوم کے پورے ہوش وحواس ایسے تعجب انگیز طریقے مین آگئے گویا کہ کوئی شخص خواب سے اوٹھا ہے + شکر خدا کا ہے کہ آج کے دن تک کوئی خرابی پھر واقع نہین ہوئی ہے + حالانکہ پہلے مین شکوک سے بھری ہوئی تھی لیکن اب ضرور قبول کرتی ہون کہ آپکے علاج نے واقعی معجزہ کیا + وہ متواتر اندیشے اور گھبراہٹ جنسے کہ آپ نے مجھے نجات دی ہے مجھے مجبور کرتے ہین کہ مین آپ کا شکریہ صدق دل سے ادا کرون + اور اے پیارے مسٹر کوہنی میرا شوہر یہ سمجھتا ہے کہ آپ نے ہی اوسکی جان بچالی ہے + مثل میرے وہ بھی آپکے اور آپکے اس بیش بہا علاج کے احسانات اور خیالات عزت سے بھرا ہوا ہے +

میرے شوہر کی جانب سے سلام پہونچے۔ مین ہون آپکی بڑی وفادار

ازمقام ڈریسڈن　　کلاھتیلڈ۔ ڈبلیو

نمبر ۷۸۔ شدت کا دردسر

پیارے مسٹر کوہنی۔ مین اس امر سے باز نہین رہ سکتا کہ اپنے دردسر کے آرام ہو جانے کے لئے جو **دردسر** کہ پندرہ روز تک رہا تھا اور جس نے کہ مجھے اپنے عزیزون کے خیال سے بڑی فکر مین ڈالدیا تھا۔ آپکا شکریہ تہ دل سے ادا کرون + لڑکپن سے مجھے اکثر اوقات دردسر ہوا کرتے تھے۔ کئی سال تک ہر مہینے مین ایک مرتبہ چوبیس گھنٹے تک مجھے اسکی سخت تکلیف ہوا کرتی تھی اور گزشتہ ڈیڑھ سال مین مجھے ہر ہفتہ اسکی شکایت رہی ہے۔ اور تین ہفتہ گذرے میرا سر دفعۃً دن سے چودہ ۱۴ دن تک ایسا خراب ہوگیا تھا کہ واقعی مجھے یہ خوف ہوا کہ میرا کل دماغ ایک ایسی حالت سوزش مین ہے کہ جس سے میرے سر کے بائین جانب اور نیز آنکھون پر اثر پڑا ہے + یہ آخر الذکر (آنکھین) درد کرتی تھین اور بہت کچھ گڑھے مین ہوگئی تھین +

تاہم اول ہی غسل نے میرے مرض کو پانچ منٹ مین دور کردیا۔ اور مین اب ایسا مضبوط ہوگیا ہون

کہ مین ویساہی جلد چل سکتا ہون جیسا کہ ہمیشہ چل لیتا تھا - اور معلوم کرتا ہون کہ از سر نو زندہ ہوگیا ہون گو میری عمر باون سال کی ہی (غسل کرنے کی حالت مین) مین تختہ پر نہین بیٹھتا ہون بلکہ سرد پانی کے اندر بیٹھتا ہون اور اس طریق سے بیٹھنے کے بعد مینے آپکی ہدایات پر جو کہ مجھے ایسی زیادہ عزیز ہوگئی ہین عمل کیا ہے پانچ منٹ مین ہی جو تر گرم ہوجایا کرتے تھے اور غسل کرنے کی کل کارروائی مین (جسمین کہ قریب بیس منٹ کے صرف ہوتے تھے) یہ احساس بڑھ جاتا تھا + بعد اسکے قریب پندرہ منٹ تک مین تھوڑی سی چہل قدمی کیا کرتا تھا اب مجھے ایسا کرتے ہوئے بارہ دن ہوئے ہین ہمیشہ اثر اچھا ہوا ہے + تمام جسم اور سر مین بھی ایک قسم کا چین سا پڑتا ہوا معلوم ہوا ہے +

پس مین آپکا بہت ہی ممنون ہون + لیکن علاوہ صرف شکریہ ادا کرلینے کے مین کچھ اور بھی کرنا چاہتا ہون یعنے اپنے پڑوسیون اور قرب جوار مین سب لوگون کو آپکے اس "نئے علم شفا بخشی" سے واقفیت دلانا چاہتا ہون + اگر آپ کوئی چھوٹے چھوٹے رسالے شائع کرین تو انکو خصوصاً جملہ بیمارون مین تقسیم کردینے سے مین خوش ہونگا + میری خدمات آپکے سپرد ہین +

از مقام ٹوبنجین

آپکا بہت سچا - جی - اے - ایل

نمبر ۸۸ - بآسانی قرار حمل اور بآسانی زائیدگی

پیارے مسٹر کوہنی! ابھی مین سفر سے واپس آئی ہون اور آپکی جوبلی کی خبر کو بخوشی سُنا اور آپکی خدمت مین اپنی دلی شکورون کو بہ عجلت بھیجتی ہون + پورا ایک سال گذرا کہ مین لیزگ مین حالت مُردہ پن تکان اور حالت خرابی مین پہونچی - بعد خداوند کریم کے میری امید صرف آپ ہی مین تھی + دنیا کے بہت ہی مشہور پانی کے مقامات مین ہو آنے کے بعد بڑے بڑے اطبا سے مشورہ لینے کے بعد مین اس سادہ طریقہ علاج کے صرف تین ہی ہفتہ استعمال سے ایسی مستفید ہوئی ہون کہ مین نے پختہ ارادہ اس علاج کو سر دست جاری رکھنے کا کرلیا ہے +

موسم سرما مین جبکہ بہت ہی سخت جاڑہ پڑ رہا تھا باوجود اس امر کے کہ مین حاملہ تھی مین نے آپکی ہدایت کے موافق زندگی بسر کری - روزانہ دو فریکشن سٹز باتھ لئے + مجھے بڑی خوشی ہوئی کہ نتیجہ [illegible]

آسانی کے ساتھ ہوئی اور بے خطر ہوئی اور ایام حمل کے کل زمانہ مین ایکمرتبہ بھی میری طبیعت خراب ہوئی + لیکن سب سے زیادہ عجیب بات یہ ہوئی کہ پہلے دو بچون کو دودہ پلانے کے لئے مجھے دایہ رکھنی پڑی تھی کیونکہ میرے دودہ نہین ہوتا تھا - مگر مین اب اتنی خوش نصیب ہون کہ موجودہ بچہ کو مین خود اپنا ہی دودہ پلاسکتی ہون اور علاوہ دودہ کے جی کے آٹے کی لیسی گاڑھی بھی اوسے دیتی ہون + اور ہر شام کو مین اوسے ایک سیب بالکل پانچ منٹ کا دیتی ہون کیونکہ اوسکا پیٹ بہت بڑا ہے - صبح کو مین اوسے ۸۸ درجہ فھرن ہائٹ کی حرارت کے پانی سے غسل دیتی ہون اور سرد پانی سے اوسکے تمام جسم کو دہوتی ہون + میری خواہش ہے کہ آپ بھی اوسکو دیکھین - اب وہ تین ماہ کا ہے مگر واقعی یہ ایک مضبوط اور تندرست بچہ ہے + خاص ہی لوگ جو کہ اوس میرے علاج کے وقت ہنستے تھے اب میرے روبرو اس امر کو قبول کرتے ہین کہ مین بلحاظ اپنی واقعی عمر کے دس سال چھوٹی معلوم ہوتی ہون اور یہ کہ میرا بچہ اور مین مثل تصویر تندرستی کے معلوم ہوتے ہین +

اس جگہ یعنی زولیچو مین پورے بارہ خاندان ایسے ہین کہ جو آپکے طریق علاج کے سرگرمی کے ساتھ پیرو ہین - میری ہمشیر جو کہ میرے ہمراہ لیپزگ مین اُس وقت موجود تھی اور حاملہ بھی تھی اوس نے میرے موافق زندگی بسر نہین کی بلکہ گوشت وغیرہ خوب کھایا + اوسکی زائیدگی مین بہت مشکل ہوئی + اوسکا بچہ دایہ کے سپرد کیا گیا ہے اور وہ خود اس وقت سخت بیمار ہو رہی ہے +

اُن سب لوگون سے جنکو آپ کے طریق علاج مین ذرا سا بھی شبہ ہے مین اپنی طرف سے یہ پکار کر کہتی ہون کہ مسٹر کوہنی پر پورا بھروسہ کرو - اس شخص پر خدا کی مہربانی ہے - آپکی جوبلی (پچاسوین سالگرہ) کے موقع پر مین یہ چند سطرین تحریر کرتی ہون تاکہ آپ پر یہ ثابت ہو جاوے کہ خداوند کریم سے اوتر کر آپکی مین کسقدر شکرگزار ہون - نیز یہ کہ آپکے بڑے سرگرم شاگردون مین سے مین بھی ایک بڑی سرگرم شاگرد ہمیشہ کے لئے رہونگی +

از مقام زولیچو

آپکی اور آپکے گھر کے لوگونکی بہتری چاہتی ہوئی مین ہون آپکی صادق

سی - بی

نمبر ۸۹ - مرضِ جگر - سنگِ جگر - گھبراہٹ - روماٹک درد سر - مرضِ شکم

پیارے صاحب - آپکو ضرور یاد ہوگا کہ ۲۴ جون سے ۱۳ جولائی تک مین آپکے کارخانہ واقع شہر لیپزگ مین بغرض علاج رہا تھا + آپکو معلوم ہی کہ مین مرضِ جگر - اور سنگِ جگر مین مبتلا تھا + جب مین آپ سے رخصت ہوا تو میری حالت پہلے کے مقابل مین بہت اچھی تھی جسکی وجہ سے آپکو امید تھی کہ علاج جاری رکھنے سے مین جلد تندرست ہو جاؤنگا + یہان میرے واپس آنے کے چند روز بعد مجھے پھر شدت کے درد معلوم ہوئے اور **دوا** اور ریزے خارج ہوئے + درد کے وقت مینے چند ہپ باتھ لئے جنھون نے کہ مجھو بہت نفع بخشا + اور اُس وقت سے سب باتین اچھی ہی ہی ہین اور مین تمام دن بغیر بیجا تکان حاصل کئے ہوئے کام کر سکتا ہون - لوگ میری حالت کو ایک معجزہ خیال کرتے ہین پس مین پورا شکریہ آپکا ادا کرتا ہون + میری حالت مین آپکے علاج کی کامیابی سے ترغیب پاکر ایک غریب بیوہ نے جو کہ برسون سے **مرض شکم** - روماٹک درد سر اور گھبراہٹ مین مبتلا ہو رہی تھی آپکے طریق علاج کی آزمائش کا پختہ ارادہ کیا + اُس طبیب نے جو کہ اوسکا علاج کر رہا تھا اوسکے مرض کو محض خیالی مرض بتلایا تھا + اُس عورت نے آپکی کتاب "**دی نیو سائنس آف ہیلنگ**" کو پڑھا تھا اور دو تین فریکشن سٹز باتھ روزانہ لئے تھے + اوسکا شکم بہت بڑھا ہوا تھا پس پندرہ روز مین ہی یہ بات معلوم ہوگئی کہ وہ کسقدر دُبلی ہوگئی تھی وہ کہتی تھی کہ پیٹ کے درد تو قریب قریب جاتے رہے ہین +

آپکا وفادار **ایل ایس** - از مقام **وال ہارسٹھین**

نمبر ۹۰ - دمہ - بواسیر - سوزش حلق

پیارے مسٹر کوہنی ! گزشتہ ماہ اکتوبر کے آخری حصہ مین مینے آپکو مشورہ دینے کے لئے تحریر کیا تھا اور آپکا قابلِ قدر جواب ۳ نومبر کا لکھا ہوا میرے پاس پہونچا + اب اس تحریر کے ذریعہ سے مین آپکو مختصراً اُس طریقہ سے مطلع کرنا چاہتا ہون جو کہ شفا نے اختیار کیا ہے + میری بیوی برابر باقاعدہ چھ ماہ سے فریکشن سٹز باتھ تین بار روزانہ اور بعض اوقات جبکہ اُسکا جی چاہا ہی تو زیادہ مرتبہ بھی لیتی رہی ہے - نیز گرم[1] **فریکشن ہپ باتھ** اور **اسٹیم باتھ**

---

[1] یہ غسل ۶۷ تا ۸۴ درجہ فہرن ہائٹ کی حرارت کے پانی مین لیا جاتا ہے دیکھئے صفحہ ۲۵۱ و ۱۵۲ - بوجہ سرد ملک ہونیکے ۸۰ تا ۸۴ درجہ کا پانی جرمنی مین گرم معلوم ہوگا - گرم فریکشن ہپ باتھ سے یہ خیال نکرنا چاہیے کہ گرم پانی مین بھی یہ لیا جاسکتا ہے بلکہ مطلب یہ ہی کہ زیادہ سرد مین نہین بلکہ سیل گرم مین + خاص حالتون مین ۹۰ درجہ تک بھی لے سکتے ہین +

باری باری سے + وہ قریب قریب بالکل بغیر چھنے ہوئے یعنی معہ چوکر کے آٹے کی روٹی اور سیب پر بسر کرتی ہے - ترکاریان اور دیگر سریع الہضم غذا ئین کبھی کبھی کھاتی ہے + وہ کھڑکیاں کھول کر سوتی ہے - اور میدان مین زیادہ دیر تک رہتی ہے - اور پیشتر کے مقابلہ مین اب خود اچھی معلوم ہوتی ہے علاج کے شروع کے مہینون مین اندام نہانی کے قریب بڑے بڑے چھالے پڑ گئے اور مواد نکل جانے کے بعد پھر بھر گئے + پیڑو پر بھی ایک پھوڑا ہو گیا ہے جس سے کہ بہت ہی خراب بدبودار و کراہیت دلانیوالا مواد خارج ہوتا ہے + سخت تکلیف دینے والے **دمہ کی خرابی** - **بواسیر** - اب قریب قریب رفع ہو گئی ہین + میری بیوی کو اب چہل قدمی کرنا تکلیف دہ نہین معلوم ہوتا ہے اور درحقیقت اوسکی شکل بالکل تبدیل ہو گئی ہے + بعد **فریکشن سٹز باتھ** لینے کے اوسکو ہمیشہ بہت ہی سردی معلوم ہوا کرتی تھی اور قدرتی طور سے پسینہ تو وہی بہت کم آتا تھا + اب یہ سردی لگنا کم ہو گیا ہے + اوس کو بھوک تندرستی کی حالت کی لگتی ہے اور ہاضمہ بہت ترقی کر گیا ہے اور جو کچھ کہ وہ کھاتی ہے اب جزو بدن ہو جاتا ہے + مجھے اس علاج مین بڑا اطمینان ہے اور اس بات کی تائید اب مجھے ملتی ہے کہ یہ علاج گو کہ آہستگی کے ساتھ ہے مگر یقیناً اپنا کام کرتا ہے + پیشتر کی تمام بیماریان پھر نمودار ہو جاتی ہین لیکن کمی کے ساتھ ظاہر ہوتی ہین + **فریکشن سٹز باتھ** - اور **اسٹیم باتھ** کا استعمال مینے اپنے چھوٹے بچے عمر ۳½ سال کی حالت مین جو کہ سوزش حلق مین مبتلا تھا غیر معمولی کامیابی کے ساتھ کیا ہے - اور اس امر کی تصدیق مین پورے طور سے کر سکتا ہون کہ آپ کا طریق علاج ہی سچا علاج ہے - بہت بہت سلام اور شکر گزاری کے ساتھ مین ہون آپکا وفادار

از مقام ہرس ڈورف　　　**ٹی - ایل - (مدرس)**

نمبر ۹۱ - وجع مفاصل یعنی گٹھیا - پھولے ہوتے پاؤن -

پیارے مسٹر کوہنی: خوفناک مرض سے جلدی آرام پانے کے صلہ مین - مین آپکا بہت بہت شکریہ ادا کئے بغیر نہین رہ سکتی + آپکے سادہ **سٹز باتھ** نے تین ماہ مین مجھے میرے خوفناک مرض سے نجات بخشی + بہت عرصہ سے مین ہاتھ اور پاؤن کے مرض گٹھیا مین مبتلا تھی + ہاتھون کی ہڈیان

ایسی ہو واتھین کہ میرے ہاتھ بالکل نیچے معلوم ہوتے تھے + مین کچھ چیز پکڑ نہین سکتی تھی اور اسقدر درد مجھے معلوم ہوتا تھا کہ مینے یہ بھی نہین جانا کہ اب کیا کرنا چاہیئے - میرے پاؤن ایسے سوج گئے تھے کہ مین زینہ پر بالکل نہین چڑھ سکتی تھی + اپنے سخت مرض کے استدر جلد اور بے دام شفا پاجانے کے بارے مین مین آپ سے اپنی سرگرم شکوریون کا اظہار کرنا چاہتی ہون - ہر شخص جو کہ ایسے مرض مین گرفتار ہوا وسکو مین آپ سے ہی مشورہ حاصل کرنے کی صلاح دیتی ہون - آپکا علاج سب سے زیادہ سادہ ہے اور صرفہ بھی بہت ہی تھوڑا ہے +

از مقام مین ہون آپکی وفادار (ایم صاحبہ)
لیگ ی

نمبر ۹۲ - رحم مین رسولی - لیوکوریا یعنی جریان الرحم

ایک دن میم صاحبہ ایچ - ساکن مقام ایم میرے پاس آئی اور حسب ذیل خبر دی -
اوسکی بھتیجی کو موسم بہار مین میرے شفاخانہ مین ایک بڑی کامیابی کی شفا حاصل ہوئی تھی - اور وہ (بھتیجی) اس وقت تک مطمئن نہین ہوئی تھی جب تک کہ اوسکی چچی نے اس علاج کو اس طریق پر اختیار نہین کیا جس طریق مین کہ وہ (بھتیجی) اس علاج کو سیکھ چکی تھی + وہ کہنے لگی کہ "مین برسون سے ایک قسم کے مرض شکم مین مبتلا تھی اور بغیر کامیابی حاصل کئے ہوئے عرصہ دراز سے معالجہ کر رہی تھی + میرے طبیب نے کہا تھا کہ رحم مین ایک رسولی ہوگئی ہے جو کہ آہستہ آہستہ مگر استحکام کے ساتھ بڑھتی جاتی ہے اور عمل جراحی کی جلد ضرورت ہو دیگی + مین خود ایسی لاچار ہوگئی تھی کہ مینے طبیب سے کہدیا کہ عمل جراحی کرانے کا مین خیال بھی نہین کر سکتی - اگر مجھے مرنا ہی ہے تو مین بغیر عمل جراحی کرانے کے مرنا پسند کرونگی کیونکہ مین عمل جراحی کے لئے بہت کمزور تھی + بہت کم امید کے ساتھ مینے اس طریق مین آپکا علاج کیا جیسا کہ میری بھتیجی نے مجھے کر کے بتلایا - پاخانہ جو کہ برسون سے سخت اور بے قاعدہ ہوتا تھا اب علاج کے دوسرے ہی دن سے بہت درست ہونے لگا - اور اوس دن سے پاخانہ مقدار مین بھی بمقابلہ پیشتر کے برابر زیادہ آنے لگا - پیشاب بھی بمقابلہ پہلے کے تین چار گنا زیادہ آنے لگا + قصہ مختصر مینے یہ دیکھا کہ میرے اندر کا مادہ فاسد

روزانہ کس طور سے خارج ہوتا گیا + ہر ہفتہ میرا پیڑو قد مین کم ہونے لگا - بمقابلہ بیشتر کے اب قد مین بہت ٹھیک ہونے لگا - ہر شب کو مجھے ایسا پسینہ آتا تھا کہ پہلے کبھی آیا ہی نہ تھا + اور دن بدن مَین اپنے تئین اچھی اور مضبوط معلوم کرنے لگی + دوران علاج مَین یہ دیکھ کر مجھے بہت ہی تعجب ہوا کہ ہر روز بعد فریکشن باتھ کے ایک رطوبت (جریان۔ الرحم) ایسی نکلتی تھی کہ جیسی اس مدت تک مینے کبھی دیکھی ہی نہ تھی + چار ہفتے تک اس قسم کا اخراج ایک یا دو بار روزانہ ہوا + پھر دفعتًا ایک دن ایسا معلوم ہوا کہ رحم اپنی جگہ سے ٹل گیا + لیکن اُس طبیب نے جس کو مین نے (اپنے دکھلانے کے لئے) بلایا کہا کہ رحم نہین ٹلا ہے بلکہ رحم کی رسولی ہے جس کی شکل قہوہ کے برتن کی سی ہے اور وزن مین ۴½ پاؤنڈ ہے + یہ رسولی رحم کے مُنہ سے ایک راستہ بناکر رحم مین داخل ہوئی تھی - اور وہان سے اسمین دو اشیاء بشکل گھنڈیون کے پیدا ہوگئی تھین + یہ رسولی رفتہ رفتہ خود خالی ہوگئی - اور فریکشن سٹز باتھ اور غذاے مجوزہ کا کچھ اور عرصہ تک استعمال کرنے کے بعد اب مین پہلے کی تمام وقتون سے اچھی معلوم ہوتی ہون "

نمبر ۹۳- ٹانگ کے چھوٹے ہونے کی وجہ سے پورے طور پر لنگڑا پن کولھے کی مرض بیماری - ہر وقت رنجیدہ رہنے کا مزاق

ایک خط شکریہ مین میم صاحبہ ایچ اپنی دختر کی بہ نسبت کی حالت کی نسبت یون تحریر کرتی ہین :-

" اکتوبر ۱۸۸۹ء مین میری لڑکی **ایلسا** عمر ۴½ سال کولھے کے مرض مین گرفتار ہوئی + اولًا اوسکا علاج **الوپیتھی** طریق پر ہوا لیکن دوامی کامیابی حاصل نہوئی + کیونکہ ماہ فروری ۱۸۹۰ء مین وہ ٹانگ جسمین کہ بیماری تھی بمقابلہ دوسری کے چھوٹی ہوگئی - درحقیقت یہ لڑکی بہت عرصہ سے بیٹھنے کی قابلیت نہین رکھتی تھی + تین ہفتے تک **پلاسٹر کی پٹی** کا استعمال کیا گیا تھا - اور **گھٹنے بڑھنے والے پلنگ** کا ایک ماہ تک - مگر اسمین بھی کامیابی نہ ہوئی تھی - اور بچہ کو بہت تکلیف اوٹھانا پڑی تھی + اس کے بعد یہ لڑکی شہر **لیزگ** کے **پروفیسر الیس** کے پاس کئی ہفتے تک علاج کرانے کے لئے رکھی گئی + اوسے ہمیشہ پلنگ پر ہی پڑا رہنا پڑتا تھا اور مختلف اشیا کی مالش اوس پر کی گئی -

لیکن یہ علاج اس وجہ سے پورا پورا نہ کیا جا سکا کیونکہ مریضہ ہفتوں تک خاموش پڑے رہنے کے قابل نہ تھی پس یہ علاج بھی بغیر کسی نتیجہ کے رہا + آخرش مین اپنی لڑکی کو لیزگ کے ہسپتال مین لیگئی جہان اوسکا علاج تین ہفتہ تک اور کیا گیا مگر بغیر کامیابی حاصل کئے ہوئے + اس (آخرالذکر) علاج کے بعد اُسکا کولھا جو کہ اس وقت تک ملایم رہا تھا اب بالکل سخت اور غیر متحرک ہوگیا۔ ٹانگ بالکل نہ بڑھی اور لڑکی نو ماہ تک بالکل ہی نہ چل سکی تھی + لیکن سب سے خراب یہ بات ہوئی کہ میری بچی ہسپتال مین علاج کے باعث بالکل غمگین رہنے لگی۔ پس میرے نزدیک اوسکی شفایابی کی تمام امیدین جاتی رہین + علاج سے پہلے تو وہ کم از کم کھڑی تو ہو سکتی تھی۔ مگر اب یہ بات آیندہ کے لئے ممکن نہ تھی + اس حالت مین مینے اپنی لڑکی ایلسا کو آپکی نگرانی مین رکھا + مینے آپکی ہدایتون پر پورا پورا عمل کیا اور اول کے تین ہی فریکشن سٹز باتھ لینے کے بعد اسکا رنجیدہ پن دُور ہوگیا جس سے مجھے ناقابل بیان خوشی ہوئی۔ اور میری لڑکی کھڑی ہو سکی + مجھے بہت ہی تعجب ہوا کہ وہ تین ہی دن مین پھر چل پھر سکی اور پندرہ روز مین ایسی زیادہ ترقی اوسکی حالت مین ہوئی کہ بغیر امداد کے وہ چار منزل کے چار زینہ پر جو کہ گلی سے میرے کمرے کی سطح تک پہونچے ہین چڑھ سکتی تھی + اس دوران مین کولھے کے سخت پٹھے پھر بالکل ملایم ہوگئے تھے اور چار ہفتہ تک علاج کرنے کے بعد ہر شخص یہ بات دیکھ سکتا تھا کہ چھوٹی ٹانگ پہلے سے بڑھ گئی تھی + اسکے تین ماہ بعد یعنی اسوقت مرض کی تمام علامات دُور ہوگئی ہین۔ اور دونون ٹانگون کی لمبائی یکسان ہے اور دونون برابر عمدہ طور سے کام مین لائی جا سکتی ہین +

ازمقام لیزگ　　(مسٹر) مینا ایچ

نمبر ۹۴۔ وجع مفاصل یا گٹھیا۔ قبض۔ بواسیر۔ ٹائیفس۔ رحم کا ٹل جانا۔ کالی کھانسی۔ سُرخ بخار۔

پیارے صاحب۔ موسم گرما ۱۸۹۱ء کے آخیر مین آپکی کتاب "دی نیو سائنس آف ہیلنگ" دوسری بار کی مطبوعہ میرے ہاتھ آئی، آپ کی تعلیم کی صحت مجھے اول ہی سے صاف معلوم ہوئی تھی + اُس وقت سے مین معہ اپنی بی بی اور چھوٹے بچون کے ہر طرح پر آپکے ہی طریق پر چلا ہون اور مجھے

ایسے نفعے حاصل ہوتے ہین کہ مین عرصہ سے یہ اپنا فرض سمجھتا تھا کہ آپکی خدمت مین اپنی منت کو یون تحریر کرکے ظاہر کرون +

میری عمر اس وقت ۲۵ سال کی تھی - اور یہ میرے پہلے کے طریق (اکثر بہت بے قاعدہ اور ڈھیلا پن) کا نتیجہ تھا کہ مجھے بے حد گھبراہٹ اور گٹھیا کی تکلیف ہوتی + مین کام کرنے کے بالکل ناقابل تھا اور اکثر اوقات زندگی سے بیزار ہو جاتا تھا + مین نے فریکشن سٹز باتھ لئے اور ایک اسٹیم باتھ ہفتہ وار لیا - غیر محرک غذا پر زندگی بسر کری اور جیسا کہ مین اور میری بیوی اس وقت کرتے ہین - کھڑکی کھلی رکھکر سویا + اس وقت ۱½ سال سے زیادہ عرصہ گزرا ہے کہ مین بالکل تندرست اور اپنے کام کو پورے طور سے انجام دینے کے قابل رہا ہون + مین پیدائشی تیز مزاج تھا - اب مین بالکل بدلا ہوا معلوم ہوتا ہون + گرست کا سُکھ اور دلی اطمینان اب ہمارے گھر مین آگیا ہے +

اُس وقت میری بی بی رحم کے ٹیڑھے پن مین سختی کے ساتھ مبتلا تھی اور اوسکا علاج ایک الوپیتھک طبیب ڈیڑھ سال سے بلا کامیابی کے ساتھ کر رہا تھا - جب سے کہ مین نے اوسی وقت سے اوسنے بھی روزانہ تین بار فریکشن سٹز باتھ لئے اور عام طریق پر اپنی طور سے زندگی بسر کری جیسے کہ مین نے + نتیجہ یہ ہوا کہ دوسرے ہی دن اُس کو پاخانہ صحیح طور سے آیا (وہ قبض کا شکار ہو رہی تھی) اور شب مین بمقابلہ پیشتر کے زیادہ اچھے طور سے سوئی + وہ بہت توانا ہو گئی - چھ ہفتے مین اوسکے معدہ کی خرابی کو آرام ہو گیا اور قریب قریب ایسے ہی اوسکی بواسیر کو بھی + اس طریق پر بیماریون سے مبرا ہو کر ایک لڑکا جنی - جو لڑکا کہ آپکے اصول کے مطابق پرورش پاکر ایک تندرست اور خوش مزاج بچہ ہو گیا ہی اور اپنے ہم عمرون سے بہت زیادہ بڑا معلوم ہوتا ہے + اسی کے ساتھ وہ صرف ½ خوراک بمقابلہ اوسکے جو کہ دیگر بچے کھانے پر مجبور کئے جاتے ہین - کھاتا ہے +

زچہ پن کے بخار - چھاتیون کے پک جانے وغیرہ کی شکایات کی میری بی بی کو کچھ خبر تک نہین ہے - قریب دو سال کے گزرے کہ میری بی بی کو ٹائیفس بخار نے آگھیرا - یہ شاید اُس زیادہ محنت اور پریشانی کے باعث ہوا تھا جو کہ اُس کو میرے دو بڑے لڑکون کی وجہ سے اوٹھانا پڑی تھی - آپکی

ہدایت پر ہوشیاری کے ساتھ عمل کرنے سے اُس کو تقریبًا دو ہفتے میں آرام ہوگیا +

میرے چھوٹے لڑکے عمر ۴ سال کو **سرخ بخار** آگیا اور تین دن تک اوس کو بہت زیادہ ہذیان رہا۔ ہر دفعہ جبکہ بخار اونچے درجہ پر ہو جاتا تھا ہم لوگ اوسکو ایک **ہپ باتھ ۵ منٹ** کا دیتے تھے اور عمومًا اس عرصہ کے اندر ہی اوسکے ہوش حواس پورے پورے صحیح ہو جاتے تھے۔ مرض کی شدت کے آخر دن ہمنے اوس کو اس قسم کے پانچ ہپ باتھ دئے اور اسکے بعد شب مین دو تین غسل دئے + اگلی صبح کو ہی ہذیان دُور ہوگیا۔ اور شفا ذرا جلدی سے ہونے لگی + بخار کے شروع مین ہمنے اس بچہ کو بستہ پر ہی چند **اسٹیم باتھ** بذریعہ گرم بوتلون کے دئے تھے جس سے خوب پسینہ نکلا تھا۔ کچھ عرصہ بعد بچہ کو **کالی کھانسی** ہوگئی پس ہمنے اوس کو دو ہپ باتھ روزانہ پندرہ پندرہ منٹ کے دئے + اس موقع پر بھی مرض بخیریت تمام رفع ہوگیا اور بچہ تین چار ہفتے مین پورے طور سے شفا پاگیا +

اسکے بعد بھی آپکی ہدایات پر عمل کرکے ہمنے اس سے کم درجہ کی سخت بیماریون کو آرام کیا ہے۔ پس مین نے ہر موقعہ پر آپکے طریق علاج کی سفارش کری ہے۔

مذکورہ بالا امراض کا علاج میڈیکل شخص سے کرنے مین میری بہت سی اشرفیون کا خرچ ہوتا اور نتیجہ پھر بھی مشتبہ ہوتا + آپکی کتاب مین دئے ہوئے نسخون[ل] کے استعمال مین میرا کوئی روپیہ پیسہ خرچ نہین ہوا بلکہ محض ایک تھوڑی سی محنت ہے جسکو ہر شخص بہت خوشی کے ساتھ اپنے عزیزون کے واسطے برداشت کرلیتا ہے +

امراض کو شفا بخشنے کا یہ آپکا بہت سادہ علاج۔ نیز غذا مین جو کہ اس طریق علاج مین شامل ہین انسان کو محض جسمانی حالت مین ہی زیادہ تندرست نہین بناتی ہین بلکہ اخلاقی حالت مین بھی زیادہ تندرست کر دیتی ہین +

مذکورہ بالا تحریر کو جس طرح سے کہ آپ مناسب خیال کرین اپنے طریقہ علاج (جو ابتک کے بتلائے ہوئے طریقہ ہائے علاج سے سبقت لیگیا ہے) کے مفاد کے لئے استعمال مین لاسکتے ہین +

صدق دل سے نیکی چاہتا ہوا آپ کا وفادار

بی۔ ایچ

از مقام

ایلبر فیلڈ

نوٹ ل مراد ہے نسخون اور قدرتی غذا سے جسکی نسبت کتاب ہذا مین تعلیم دی گئی ہے + ۱۲

نمبر ۹۵۔ ریگ مثانہ کا مرض۔

پیارے مسٹر کوہنی! اس تحریر کے ذریعہ سے میں آپ کو اس عجیب تبدیلی کی خبر دیتا ہوں جو کہ میری جسمانی حالت میں واقع ہوئی ہے + شاید اس سے آپ کو تعجب ہوگا۔ حالانکہ مجھے بہت تعجب ہوا ہے۔ کیونکہ میں اس امر سے بالکل ناواقف تھا کہ میرے جسم کا یہ حصہ بھی اس حد تک مادۂ فاسد سے بھرا ہوا تھا + برابر دو روز تک صبح کو مجھے پیشاب کرنے میں بہت دقت معلوم ہوئی تھی اور بائیں کولھے سے اوپر کو عارضی طور سے درد بھی معلوم ہوتا تھا + بعد ازاں بعد دوپہر کے پیشاب کرنے میں ایک چھوٹی پتھری (اسکو پتھری کا ٹکڑا کہنا مناسب ہوگا) برآمد ہوئی۔ اور اوس کے بعد کئی دن تک گدلا مثل پتھر کے ریگ کا سا پیشاب آیا جسکے ہمراہ ایک چھوٹا سا مگر سخت سنگریزہ نکلا۔ مگر اس مرتبہ بلا تکلیف کے نکلا + یہ تعجب مجھے بہت خوشی دلانیوالا ہوا۔ کیونکہ اس واقعہ نے مجھے آپ کے طریق علاج کے شفا بخشنے کے اثر میں اور بھی زیادہ یقین دلا دیا + اس موقع پر مجھے اس بیان کی تصدیق ملتی ہے جو کہ آپکی کتاب میں سنگ مثانہ کی بابت گھل گھل کر خارج ہونا (اور اس طریق پر سخت امراض سے بچ جانا) تحریر کیا ہے،

میں اس کو اپنا فرض سمجھتا ہوں کہ مذکورۂ بالا واقعات کی اطلاع آپکو دیدوں۔ اور دلی شکر گزار بیان کرتا ہوا میں ہوں آپکا بہت سچا۔

اے۔　　　ازمقام برڈ سٹیٹ

نمبر ۹۶۔ عام کمزوری۔ آنکھ کا مرض۔ معدہ کا مرض۔

پیارے مسٹر کوہنی! معدہ کی ایک تکلیف دہ خرابی جسکے ساتھ گھبراہٹ و کمزوری بھی لگی ہوئی تھی اور جس میں کہ میری بیوی عرصہ چودہ سال سے مبتلا ہو رہی تھی مختلف اطبا کے علاج سے قابو میں نہ آئی + برسوں کے اندر اوسکی حالت ایسی زیادہ خراب ہوگئی کہ عام کمزوری اوسکو ہوگئی۔ اور گھر کا بہت ہلکا کام بھی وہ نہ کرسکی + ساتھ ہی ساتھ آنکھ کی کمزوری نے اوسکے لئے پڑھنا قریبًا غیر ممکن کر دیا۔ ۱۱ مارچ ۱۸۹۱ء کو میری بیوی نے غسلوں کا لینا اور آپکی دیگر ہدایتوں پر چلنا شروع کیا۔ اور اب میں یہ بات کہہ سکتا ہوں کہ مذکورہ بالا خرابیاں رفع ہو گئی ہیں + میں تمام مریضوں سے جنکو کہ اسی قسم کی شکایات ہوں اس علاج کی بڑی گرمی کے

ساتھ سفارش کرتا ہوں +

آپکا وفادار - جی الیف - ازمقام لیپزگ

نمبر ۹۷ - سخت اعصابی خرابی -

پیارے مسٹر کوہنی - مین بذریعہ اس تحریر کے اس امر سے باز نہین رہ سکتی کہ ایک مرتبہ پھر آپکا شکریہ نسبت اس بات کے جو کہ آپنے میری جان اور تندرستی کے لئے کری ہے - ادا کرون + بغیر آپکی مدد کے مین غالبًا اس جگہ کبھی بولتی بھی نہ ہوتی کیونکہ بیشمار لوگ اس بات کو جانتے ہین کہ بڑے بڑے سربرآوردہ حکماء نے مجھی صبر دلایا ہے مگر پھر مجھے تکالیف برداشت کرنے کے لئے چھوڑ دیا ہے + اس بات کا صاف طور سے اعلان کردینا چاہئے کہ صرف آپ نے ایسے وقت مین جبکہ میری تمام امیدین جاتی رہی تھین مجھے زندگی بخشی ہے + یہ آپکی سادہ اور عظیم دریافت نفع عوام کے لئے عام پر روشن ہو جاتے -

آپکی ممنونہ ایما - پی - کی خواہش دلی اور سچی امید ہے + ازمقام ونہا

نمبر ۹۸ - ہاضمہ کی خرابیان - نیند کا نہ آنا -

پیارے مسٹر کوہنی ! بڑے جوش کے ساتھ اب مین اس قابل ہون کہ آپکو مطلع کرون کہ کچھ عرصہ تک فریکشن سٹز باتھ و ہپ باتھ و اسٹیم باتھ کے استعمال کرنیکے بعد میری تندرستی نے بہت اچھی ترقی کی ہے + ہاضمہ کی خرابیان جنمین کہ گرفتار رہتی تھی اچھی ہوگئی ہین + مجھہ مین تروتازگی معلوم ہوتی ہے اور اب میری طبیعت بھی پہلے سے بہت زیادہ خوش وخرم ہے - انکے علاوہ یہ بھی مجھے کہنا ہے کہ اب مین خوب اچھی طرح سے سولیتی ہون - یہ مین پیشتر نہین کر سکتی ہین +

سچی مشکوریون کے ساتھ مین ہون آپکی وفادار امیلی - ایف - ازمقام لیپزگ

نمبر ۹۹ - قبض دائمی - بواسیر - ورم جگر -

پیارے مسٹر کوہنی ! جیسا کہ تینے دو روز ہوتے کہ بذریعہ تحریر پوسٹ کارڈ کے آپ کو مطلع کیا ہے مین آپکے اس "خلاف ادویات کے علاج" کے نتائج سے بہت ہی مطمئن رہا ہون + مین بہت ہی

خوش ہوں کہ مین اس قابل ہون کہ آپ کو اس امر سے اطلاع دون کہ میرا دائمی **قبض** جسکا علاج کہ مینے چالیس سال تک ہر ایک طرح سے بغیر کامیابی حاصل کئے ہوئے کیا تھا۔ اب بعد عمل کرنے اُن ہدایات پر جو کہ آپکے خط مین تحریر تھین بالکل صحت پا گیا ہے + اب دو بار روزانہ پاخانہ ہوتا ہے اور اسی کے ساتھ مین **بواسیر** کی شکایت بھی جو کہ قبض کے ساتھ پچاس سال کی عمر مین ہوئی تھی روزانہ رفع ہوتی جاتی ہے +

ورم جگر (جگر کا بڑھ جانا) بالکل جاتا رہا ہے اور ایک درد بھی جو کہ میرے شکم کے داہنی جانب محسوس ہوتا تھا اب دُور ہو گیا ہے + حالانکہ تین ماہ ہوے کہ اُس مقام پر ذرا سے دباؤ سے بھی بہت شدید کا درد ہوتا تھا + قصہ مختصر مین آپکے اس نئے طریق علاج کے اثر روزانہ معلوم کرتا ہون کیونکہ تمام شکایتین جنمین کہ مین چالیس برس سے گرفتار تھا اور جنکے رفع کرنے کے لئے علاج **ہومیوپیتھی** بھی لاچار تھا برابر کم ہوتی جاتی ہین + آپکی ہدایت کے موافق مینے ایک قسم کی بالکل غیر محرک غذا پر زندگی بسر کری ہے۔ اور مزید بران ایک **فریکشن ہپ باتھ** روزانہ صبح کے وقت لیا ہے۔ بہت بہت سلام عرض کرتا ہوا آپکا وفادار　　کپتان **الیف۔ سی۔**　　از مقام　ابیلنگ

نمبر ۱۰۰- درد دندان - دردسر - گھبراہٹ - نیند کا نہ آنا - آواز کا بیٹھ جانا -

پیارے مسٹر کوہنی! مینے اول ۱۸۹۳ء مین آپکے طریق علاج کا ذکر سُنا اور اوسکے ذریعہ سے اپنی اعصابی بیماری کو آرام کیا + اُس وقت سے مجھے اکثر آپکے علاج کے عمدہ اثر کی بابت ثابت کرنیکا موقع ملا ہے + گزشتہ سرما مین ایک دن مجھے بہت ہی سخت **درد دندان** کی تکلیف ہو گئی۔ جو کہ اوپر کے جبڑے مین سب سے پہلی کھوکھلی داڑھ کی وجہ سے ہوا تھا۔ سوزش اسقدر کثرت کی تھی کہ میرے جبڑے کا داہنا حصہ پیشانی تک سوج گیا تھا جسکی وجہ سے ایک ایسا جیس مارنیوالا درد ہوتا تھا کہ نیند کا آنا غیر ممکن ہو گیا تھا + تھوڑے عرصہ کے فریکشن سٹز باتھ ہی نے جو کہ کئی کئی دفعہ روزانہ لئے گئے ذرا ذرا آرام بخشا + لیکن جب کہ آپکی ہدایت کے موافق مینے ایک اسٹیم باتھ زائد از نصف گھنٹہ کا لیا اور اوسکے فوراً ہی بعد بہت دیر تک کے لئے ایک فریکشن سٹز باتھ لیا تو میرے سر و اعصاب مین فوراً چین پڑ گیا اور درد درجہ بدرجہ

کم ہو گیا + چند گھنٹوں میں شکایت رفع ہو گئی + حال میں میں نے سر کے لئے اسٹیم باتھ کا استعمال کر کے درد سر اور آنکھوں میں نشتر کے سے چبھنے کے درد کی حالت میں بہت عمدہ نتائج حاصل کئے ہیں + آپکے فریکشن سٹز باتھ کے استعمال سے جو کہ ایک دوسری کامیابی حاصل ہوئی ہے اسکا ذکر سننے میں بھی آپکو دلچسپی ہوگی + جیسا کہ کہتے ہیں مجھے "سردی نے پکڑ لیا ہے" اور میری آواز ایسی بیٹھ گئی تھی کہ کان میں بات کرنا بھی مجھے مشکل معلوم ہوتا تھا + یہ حالت دو روز رہی۔ اسکے بعد تیسرے دن جبکہ میری آواز بیٹھی ہوئی تھی میں نے ۱/۲ ۱۰ بجے صبح کے ایک فریکشن سٹز باتھ لیا + اس عمل کا کرنا میری حالت کے لئے بہت ہی مفید ثابت ہوا اور میں اس غسل کو اُس وقت تک لیتا رہا جب تک کہ پانی بہت گرم نہ ہو گیا + پانی دو دم تبدیل کرنے کے بعد۔ اور کل ۱/۲ ۲ گھنٹہ تک غسل کرنے کے بعد مجھے معلوم ہوا کہ میری گرفتگی آواز بالکل رفع ہو گئی پس میں اپنی بلند آواز کے ساتھ بول سکتا تھا اور گانا گا سکتا تھا + اس عجیب با اطمینان نتیجہ نے جو کہ کسی اور علاج سے ضرور حاصل ہوتا مجھے حیرت میں ڈال دیا۔ اور اسکی وجہ سے میں اُس عنایت کو اور بھی زیادہ محسوس کرتا ہوں جو کہ آپکی اور آپکے بیش بہا طریق علاج کی میرے اوپر ہوئی ہے +

چونکہ اور لوگوں کے لئے بھی اس قسم کی شکایتوں کا جاننا مفید ہوگا۔ اس لئے میں آپکو اجازت دیتا ہوں کہ اس خط کا جو استعمال آپکو مناسب معلوم ہو وہ کریں +

از مقام مجھے یقین کے ساتھ سمجھئے اپنا وفادار **کارل ایل**

نمبر ۱۰۱۔ آسان زندگی۔

پیارے مسٹر کوہنی! گو کہ آپنے اسکے لئے تحریر نہیں کیا ہے مگر میں اپنا فرض سمجھتا ہوں کہ آپکی خدمت میں اس کامیابی کے علاج کا شکریہ ادا کروں جو کہ آپنے تجویز کیا تھا اور جسپر کہ میری بیوی نے ہمارے دوسرے اور تیسرے بچے کی پیدائش کے قبل عمل کیا تھا + ہمارے اول بچہ کی پیدائش دقت کی پیدائش تھی جسمیں کہ ڈاکٹر کی ضرورت ہوئی تھی + درحقیقت اُس معاملے نے ہمکو اور بچوں کے ہونے کی خواہش سے متنفر کر دیا تھا کیونکہ میری عورت کی ساخت جسمانی درجہ مناسب کی نہ تھی + لیکن اخیر کی دو زائیدگیاں (آپ کے طریق علاج کا مشکور ہوں) **۱/۲ ۲ گھنٹہ و ایک گھنٹہ کے اندر رہی**

عمل مین آئی تھین اور دایہ کی امداد کی ضرورت نہ ہوئی تھی + سب سے اخیر کا بچہ للہ دیگر بچون سے بھاری تھا +

از مقام ڈابکی　　راقم آپکا صادق پال - کے -

نمبر ۱۰۲ - نیورلجیا یعنی عصبی درد -

اس تحریر کے ذریعہ سے مین مسٹر لوئی کوہنی کی خدمت مین اپنی دلی مشکوریونکا اظہار نسبت اُس آرام کے کرتی ہون جو کہ مینے اوسکے قدرتی طریق علاج پر عمل کرنے سے حاصل کیا ہے + اوسکے ذریعہ سے مجھے ایک پُرانے اور سخت عصبی درد سے نجات حاصل ہوئی - میری عام تندرستی پر بھی عمدہ اثر پڑا + پس مین بہت سرگرمی کے ساتھ سب بیمارون کے لئے مسٹر لوئی کوہنی کے پانی سے علاج کے کارخانہ واقع ۲۴ افلاس پلیٹیز شہر لیپزگ کی سفارش کرتی ہون +

مسس - ای - الیف مصورہ

نمبر ۱۰۳ - کان کا بہنا - کان مین درد - موسمی بخار

پیارے صاحب - آپکے خط مشورہ کے آنے کے بعد - مین خوش ہون کہ تین ہفتہ سے کم ہی علاج کرکے مین اس قابل ہون کہ آپ سے اوسمین پوری شفایابی کی نسبت جو کہ مین نے اپنے پُرانے مرض اور بیماریون مین یعنی کان کے بہنے - کان مین درد اور موسمی بخار کی حالت مین حاصل کری ہے رپورٹ کرون + اس آپکی امداد کے لئے مین اپنی سچی مشکوریون کا اظہار کرتا ہون + اب مین بہت ہی اچھا ہون اور اس وقت صرف ایک فریکشن ہپ باتھ بطور اُس علاج کے جو کہ آرام ہو جانے کے بعد کیا جاتا ہے ہر صبح کو لیتا ہون + پھر مشکوریون کا اظہار سرگرمی سے کرتا ہوا - مین ہون آپ کا وفادار کاریور - ایل - بی - از مقام پورٹو کیبلو (وینی زولا) جنوبی امریکہ +

نمبر ۱۰۴ - نقرس مزمن

پیارے مسٹر کوہنی! مین اس قابل ہون کہ آپ کو مطلع کرون کہ مین نے ابھی ایک شخص مسمی پال - کے - کو مرض نقرس مزمن سے شفا پہونچائی ہے - جسمین کہ وہ پچیس ۲۵ سال تک مبتلا رہ چکا تھا +

پانچ حکیمون نے اسکو ناقابلِ علاج قرار دیدیا تھا - مینے اُس کو چھ ہفتے مین آپکے طریق علاج کے ذریعہ سے اچھا کردیا +

براہ عنایت جرمنی زبان کی اپنی کتاب "دی نیو سائنس آف ہیلنگ" کی ایک جلد مجھے بسبیل ڈاک بھیجدیجئے +

ازمقام ہیٹ - کرس نس - مین ہون آپکا صادق فرنیز - ایس

نمبر ۱۰۵ - کوٹھے کا درد قولنج - ہسٹیریا مین رونا یا چیخنا

پیارے مسٹر کوہنی ! اپنی تندرستی کی نسبت مین آپکو بہت ہی عمدہ خبر دیسکتی ہون + مجھے اکثر کوٹھے کا درد ہوا کرتا تھا جو کہ چند روز تک رہتا تھا + اسکے ایک ہفتے کے بعد مجھے ہسٹیریا مین چیخنے کے دورے ہوجاتے تھے اور ان سے مجھے ہمیشہ بہت تکلیف ہوتی تھی + آپکی تجویز کی ہوئی باتون پر عمل کرکے مینے اپنے آپ کو اُن شکایات سے شفا حاصل کرلی ہے + وے حکماء جنھون نے کہ بہت عرصہ تک بغیر کامیابی حاصل کئے ہوے میرا علاج کیا تھا میرے ساتھ بڑا تماشہ کرتے ہین + اِن حکیمون مین سے جب کوئی حکیم مجھے ملتا ہے تو وہ مجھے ضرور روک لیتا ہے اور دریافت کرتا ہی کہ تیری بیماریان کہان گئین ؟ کیونکہ اب میرا جسم بہت ہلکا ہے اور جوانی کا سا تازہ رنگ ہے +

یہان مقام بیلفیلڈ مین زائد از تیس طبیبون سے مینے اپنی بیس[۲] برس کی بیماری کے دوران مین مشورہ لیا تھا + جو کچھ ہم پس انداز کرسکتے تھے وہ سب ڈاکٹرون کی فیس اور عطارون کے حساب مین رائیگان ہوا ہے +

بہت بہت سلام عرض کرتی ہوئی آپکی وفادار ایم - ایچ -

ازمقام بیلفیلڈ

نمبر ۱۰۶ - ڈفتھیریا - قبض - کمر مین درد - بے قاعدہ حیض - دردِ سر - آنکھون مین درد

پیارے مسٹر کوہنی ! گزشتہ موسم خزان مین میرے لڑکے کو ڈفتھیریا کا مرض ہوگیا تھا جس کو مین نے صرف آپکے ہی طریق علاج سے آرام کیا ہے + دوا جو کہ ڈاکٹر نے تجویز کی تھی وہ سب نالی مین ڈالدی گئی - مرض کے

ابتدا ہی سے اُنھون نے میرے لڑکے کو ہسپتال مین لیجانا چاہا چونکہ اوسکی حالت نازک تھی + خود اپنی حالت مین بھی مینے آپکے علاج کو بہت بڑی کامیابی کے ساتھ استعمال کیا ہے + سخت قبض کمر مین درد - بے قاعدہ حیض - دردسر - آنکھون مین درد کی مجھے شکایت رہتی تھی - یہ سب شکایات جلد رفع ہوگئین + اولی ہی غسل کا اثر انتڑیون پر حسب دلخواہ ہوا - ٹھیک ٹھیک ویسا ہی جیسا کہ آپ نے اپنی کتاب مین بیان کیا ہے + مین بہت ہی مشکور ہون کہ اتفاق سے آپکی کتاب میرے ہاتھ آگئی تھی +

آپکی وفادار (مسز) ای - ایچ ازمقام سیل

نمبر ۱۰۷ - مرگی - تشنجی حملے -

پیارے سٹر کوہنی - اپنے چھوٹے بچّے عمر دس سال کے تین خراب قسم کی مرگی اور تشنجی حملون سے جلد شفا پانے کے متعلق آپکی خدمت مین اپنا دلی اظہار شکریہ کرنا مین اپنا فرض سمجھتا ہون + بعد اسکے کہ ہم ایک عرصہ دراز تک دوا کا استعمال کرتے رہے تھے اور جبکہ ڈاکٹر نے آخرش یہ کہکر کہ وہ آیندہ امداد نہین دیسکتا ہمکو پروفیسر سے مشورہ حاصل کرنے کی صلاح دی تھی - ہمنے آپکے بیش قیمت طریق علاج کا ذکر سُنا - آپکی ہدایت کے بموجب ہمنے روزانہ غسل دئے اور پوری پوری قدرتی غذا دی + ہمکو اس امر سے بڑا اطمینان ہوا کہ ہمارے بچہ کی حالت - گو کہ بہت ہی خراب تھی فوراً اچھی ہونے لگی + ایک ہفتہ کے اندر ہمارے بچہ کی دماغی اور جسمانی حالت درست ہوگئی اور پھر مدرسہ کا سبق لینے لگا + آپ کے اس قیمتی طریق علاج کی سفارش کرنے سے مین جہان کہین کہ کرسکونگا باز نہین رہونگا - اور ازسرنو مشکوریون کا اظہار کرتا ہوا -

آپکا صادق فرنیز - انٹونی - بی - ازمقام سولنفیلڈ

نمبر ۱۰۸ - شورش حرام مغز - نروس نس (گھبراہٹ)

پیارے صاحب - اس بات کا تجربہ کرکے کہ آپ کے طریق علاج نے میرے جسم پر کیا کام کیا ہے آپ کو بغیر تحریر کئے ہوئے نہین رہ سکتا +

مین ۲۸ سال کی عمر کا ہون اور بیحد گھبراہٹ اور سوزش حرام مغز مین مبتلا تھا جس کو کہ علاج بادویات نے اس حد تک پہونچا دیا تھا کہ نہ مین بیٹھ سکتا تھا نہ چل پھر سکتا تھا۔ اور آخرش دوا کے ذریعے علاج کرنے والے شخصون نے مجھے لاعلاج قرار دیدیا۔ آپ کے طریق علاج کو جسکی کہ مجھ سے سفارش کی گئی تھی۔ صرف ۱۲ ہفتے تک استعمال کرنے کے بعد مین اس لایق ہوگیا تھا کہ لکڑی کے سہارے سے ادھر اُدھر پھر سکون اور آج کے دن مین ایسی خوش حالت مین ہون کہ ایک گھنٹہ یا اس سے زائد تک بغیر کسی چھڑی کے سہارے کے چل پھر سکتا ہون

بہت بہت سلام پہونچے۔

ازمقام سیرکس ڈورف - قریب نوٹکے - آپکا بہت سچا گسٹو ایس

نمبر ۱۰۹ - سوزش معدہ - سرطان معدہ - جگر کا سخت ہوجانا طحال کا بڑھ جانا - خرابی مثانہ و گردہ - قبض وغیرہ وغیرہ

پیارے سٹر کوہنی! مین اس امر کو ضروری سمجھتا ہون کہ آپکے طریق علاج کے ذریعہ سے اپنے خطرناک مرض سے نجات حاصل کرنے کے عوض مین آپکی خدمت مین اپنی دلی شکر گزاریون کا اظہار کرون + ہیپ باتھ کی مدد سے اور موافق غذا کے استعمال سے جیسا کہ آپنے مجھے بتلائی۔ مینے مندرجہ تحت شکایتون سے نجات حاصل کرلی۔ اس بات کو ضبط تحریر مین۔ مین بڑی خوشی کے ساتھ بغیر آپکی خواہش کے لاتا ہون تاکہ دیگر مصیبت زدہ لوگون کو آپکے زیر علاج آنے کی ترغیب ہو +

برسون سے مین سوزش معدہ مین مبتلا تھا جو کہ سرطان معدہ کی حد تک پہونچنے کے لئے مجھے ڈراتی تھی اور بہت ہی سخت تکلیف اور عذاب مین مجھے ڈال رکھا تھا + اسکے علاوہ مجھے سختی جگر کی اور طحال کے بڑھ جانے کی۔ مثانہ و گردون کی خرابی کی۔ دست قطعی نہ آنے کی۔ اور دیگر شکایتین تھین + تمام ادویات جو کہ استعمال کی گئین - اور تمام مشورے جو کہ خاص امراض کے معالج ڈاکٹرون سے (یونیورسٹی ہسپتال کے پروفیسرون سے) لئے گئے۔ باقاعدہ دست لانے کے ذرا بھی قابل نہوے - چہ جائیکہ میری دیگر شکایات کو کم کرتے + صرف اوسی وقت سے جب سے

کہ میں نے آپکے طریق علاج پر چلنا شروع کیا میرے کل جسم میں پوری قوت زندگی آگئی ہے +

از مقام ٹیٹشین　　ہزار شکریہ ادا کرتا ہوا آپکا صادق

بردریای ایلب　　ڈبلیو - اے - امپیریل کسٹم آفیسر

نمبر ۱۱۰ - بڑھی ہوئی سل -

ڈیر سر کوہنی یا ادویات سے علاج کرنے والے اشخاص (میڈیکل اشخاص) کی جانب سے بُرے تجربات حاصل کرنے کے بعد مینے آپکی کتاب "نیا علم شفا بخشی" خریدکری + میرے بچےؔ کو جو کہ بڑھی ہوئی سل میں مبتلا ہو رہا تھا - حکیموں نے جواب دیدیا تھا - اوھنوں نے اوسے لاعلاج بتلایا تھا + مینے اوسکا علاج ٹھیک آپکے ہی طریق علاج کے مطابق کیا جسمیں کہ پوری پوری قدرتی غذا بھی شامل تھی + یہ تعجب دلانے والی بات ہے کہ وہ بچہؔ سب لوگوں کو حیرت میں ڈالتا ہوا صحت پا گیا +

از مقام لڈوگس لسٹ　　بہت بہت سلام کے ساتھ میں ہوں آپکی سچی مسز پی - ای -

نمبر ۱۱۱ - جلنے کے زخم -

میرے پیارے صاحب - میرے سب سے بڑے لڑکے مسمیٰ اگسٹ نے اپنا داہنا ہاتھ کیتے ہوئے پانی سے جلالیا + خوش قسمتی سے میرے پاس آپکی کتاب موجود تھی اور بس میں اس حالت میں تھا کہ جلے ہوئے مقامات کا علاج آپکی ہدایات کے موافق کروں + نتیجہ تعجب خیز ہوا یعنی ایک ہفتہ کے اندر جلنے سے پیدا ہوا ہر زخم اچھا ہوگیا ہے اور ایک نشان بھی باقی نہیں رہا ہے + میں آپکا اور بھی زیادہ مشکور ہوں کیونکہ اس قسم کا واقعہ مجھے چند سال ہوئے پیش آیا تھا اور اُس وقت آپکے علاج سے واقفیت نہونے کے باعث مینے ایک شخص سے مشورہ لیا جو ادویات سے علاج کرتا تھا + آپکے طریقہ علاج کے مقابلے میں اوسکا علاج ایسا ہے جیسا کہ دن کے مقابلہ میں رات + بس میں آپکے لئے عوام میں ہر طرح تعریف کرنے کے لئے خوش ہوں +

از مقام ٹیخرن　　میں ہوں آپکا بہت سچا ہینرک - بی -

نمبر ۱۱۲- معدہ کی خرابی- سینہ کی کمزوری- سوزش پھیپھڑہ

مسٹر کوہنی کے طریق علاج سے تندرستی حاصل کرکے مین عوام کے روبرو اونکا شکریہ اداکرنا اپنا فرض سمجھتا ہوں سولہ برس تک مین بہت شدت کے ساتھ معدہ کی خرابی مین مبتلا رہا - اور بغیر مسہل کے پاخانہ کبھی ہوتا ہی نہین تھا اور گزشتہ چار پانچ سال مین تو یون کہنا چاہئے کہ مین پیشاب کرنے کے بھی ناقابل رہا ہون + میرا سینہ بھی کمزور تھا اور پھیپھڑون کی سوزش مین مبتلا رہتا تھا + مقامات فریبرگ - برن اور جینوا مین مینے بہت سے طبیبون سے مشورہ کیا جوکہ مجھے امداد نہ پہونچا سکے - بلکہ اس قابل بھی نہ ہوے کہ مجھے تھوڑا سا بھی آرام پہونچاسکے +

مسٹر کوہنی کی خاص ہدایات پر چند ہفتہ چلنے کے بعد مین اپنے کام کو پھر بخوبی انجام دینے کے قابل ہون - اور اپنے ہوٹل کا انتظام کرسکتا ہون اور اسکے متعلق خط وکتابت اور حسابات وغیرہ رکھ سکتا ہون + مسٹر کوہنی کی بتلائی ہوئی غذا اور دیگر نسخہ جات کے استعمال سے مین پھر بخوبی اچھا ہوگیا ہون اور اپنے کام کرنے کی پوری قابلیت رکھتا ہون - اور یہ بات مین بخوشی از خود ظاہر کرتا ہون +

از مقام شوارزسی باد - کنٹن فریبرگ (سوئٹزرلینڈ) دستخط ای - ڈبلیو - ایس

نمبر ۱۱۳- کان کا بہنا - دردسر - کان وحلق مین انجماد خون -

کان کی چھوٹی ہڈیون سے مواد کا بہنا

پیارے مسٹر کوہنی!

سات سال سے میرا لڑکا امراض حلق وکان مین مبتلا تھا - کل ادویات بے سود ثابت ہوئی تھین + ماہ ستمبر گزشتہ مین میرے بچے کو بہت ہی سخت تکلیف کان سے بہت ہی خراب مواد بہنے کی اور دردسر کی ہوئی تھی - پس مین نے امراض کان ناک وحلق کے ایک اسپشلسٹ سے مشورہ لیا - کان و ناک مین انجماد خون اوس نے تشخیص کیا اور آپریشن (عمل جراحی) تجویز کیا - جوکہ فوراً کیا گیا - تین ہفتے کے بعد مین نے اپنے بچے کا پھر امتحان کرایا

اور اس مرتبہ طبیب نے بتلایا کہ کان کی چھوٹی ہڈیون سے مواد جاری ہے اور یہ
کہ اب دوسرے عمل جراحی کی ضرورت ہے + مینے ایک ہومیو پیتھک حکیم سے مشورہ لیا مگر
اوسنے تشخیص مذکورہ کی صحت کی تصدیق کی +

لیکن ایک بار سفر کرنے کی حالت مین مجھے آپکے کارخانہ کا حال معلوم ہوا پس مین اپنے بیٹے کے
ہمراہ شہر لیپزگ پہونچا - آپکی خاص ہدایات کے موافق اپنے بچے کا علاج کرنے سے اوس کو پورا
آرام ہوگیا + اس وجہ سے مین اپنی دلی شکرگزاریان آپکی خدمت مین پیش کرنا اپنا فرض سمجھتا ہون +
آپکی کتاب "نیا علم شفا بخشی" کی کوئی جلد میرے پاس نہین - بہرکیف اوسی کے رکھنے کی خواہش رکھتا
ہوا مین آپ سے درخواست کرتا ہون کہ مہربانی کرکے ایک جلد اُس کتاب کی میرے پاس بھیجدیجئے +
یہ کتاب واقعی گرہستی کے لئے خزانہ ہے اور کوئی گھر بغیر اسکے نہونا چاہیئے +

ازمقام ولمارشین	مین ہون آپکا بہت سچا برونو - ایس -

نمبر ۱۱۴ - سنگ مثانہ - آسان زائیدگی - پھیپھڑے کی خرابی -

پیارے مسٹر کوہنی ! مجھے بہت خوشی ہوتی ہے کہ مین اس قابل ہون کہ آپ کو اس امر سے مطلع کرون
کہ مین بہت عمدہ طور سے ہون اور ہمیشہ سے بہت اچھا اپنے تئین معلوم کرتا ہون + اسی قسم کی اطلاع
مین دوسرے مریضون کی نسبت بھی دے سکتا ہون جنھون نے کہ آپکے طریقہ علاج پر پورے طور سے
چلکر بہت اچھے تجربے حاصل کئے ہین + مثلاً ایک لُہار کا چھوٹا لڑکا عارضہ سنگ مثانہ مین
مبتلا تھا اور حکمار کے علاج سے کچھ نہ بھی نہوا تھا - آخرش اوسنے آپکی ہدایات پر من وعن عمل کیا اور
تھوڑے ہی عرصہ مین پتھریان گھل گئین اور پیشاب کے ہمراہ جسم سے خارج ہوگئین +

اسی طرح ایک عورت عمر ۳۶ سالہ نے جس کو کئی ایک بار بچہ پیدا ہونے مین مشکل ہوئی تھی اور جو کہ بچہ کو
دودہ کبھی بھی نہ پلا سکی تھی - آپکے طریق علاج پر عمل کیا + نتیجہ یہ ہوا کہ اس مرتبہ اوسکے دو بچے
ایک ساتھ پیدا ہوئے اور باآسانی بغیر موجودگی کسی دایہ کے پیدا ہوئے +
اور گو کہ وہ عورت کبھی بھی اپنے پہلے کے بچون مین سے کسی کو دودہ پلا نہ سکی تھی - لیکن اس مرتبہ اوسکے

کافی دُودھ موجود تھا +

ایک نوجوان شخص جس کو مرض پھیپھڑہ ہے آپکے طریق علاج کا استعمال کر رہا ہے اور اوسکی حالت برابر اچھی ہوتی جاتی ہے اگرچہ ڈاکٹروں نے اُسکو لاعلاج بتلا دیا ہے + آپکا طریقہ علاج یہاں بہت ہی ترقی کر رہا ہے +

آپکا بہت سچّا
ایچ - ایس
ازمقام جرمینیا - کاسٹا دی سیلر - برازیل

نمبر ۱۱۵ - آنکھ کی بیماری - چہرہ پر پھُنسیاں - حلق کی بیماری - ڈفتھیریا - خسرہ سُرخ بخار

پیارے مسٹر کوہنی! آج کے دن بھی میرے لئے یہ بات اوسی قدر مشکل ہے جیسا کہ اور کبھی - کہ مجھے آپکے احسان کا شکریہ ادا کرنے کے لئے کافی الفاظ ملیں + اگرچہ مین قریب قریب ہمیشہ گلابی چہرہ رکھتی تھی اور موٹی تازی بھی مگر اکثر بیمار رہتی تھی + حالت بچپن مین ہی مجھے شکایت آنکھ کے مرض کی تھی جو کہ بالکل جاتی رہی - جبکہ مَین عُمر مین زیادہ ہوئی + لیکن اُس وقت سے میری جلد مین خصوصًا چہرہ کی جلد مین ہمیشہ ایک قسم کی تکلیف وہ پھُنسیاں موجود رہیں + کبھی ایک سال بھی نہ گزرا کہ مَین بہت سخت بیمار نہو گئی ہوں + ہر سال مجھے حلق کے مرض کی - ڈفتھیریا کی - خسرہ یا سُرخ بخار کی تکلیف ہو جاتی تھی اکثر اسقدر شدت سے کہ شفا ہونے مین شک ہو جاتا تھا + اسوقت جبکہ مَین اس بات پر خیال کرتی ہون کہ مَین کسقدر زیادہ بیمار اُس وقت مین تھی - اور اب کسقدر اچھی ہوں - تو مجھے واقعی اپنے خیالات کے اظہار کے لئے الفاظ نہین ملتے +

علاج جو کہ آپ نے اپنے خط کے ذریعے مجھے بتلایا وہ مرض کو جڑ سے دُور کرنیوالا تھا - میرے شفا پانے کے بعد میرے رشتہ دارون نے مجھسے کہا کہ میرے جسم کی بناوٹ اب بالکل دوسری ہی ہے آپ کے طریق علاج مین اپنے یقین کامل کا آپ کو اطمینان دلانا امر فضول معلوم ہوتا ہے + آپکے طریق علاج کی مَین ہر موقع پر سفارش کیا کرتی ہوں +

مَین ہوں آپکی بہت سچی
لینا - ایم
ازمقام ایلبنجن

نمبر ۱۱۶ - سوجا ہوا گھٹنا - ہڈی کے ٹکڑے -

پیارے مسٹر کوہنی! واقعی مین نہین جانتا ہون کہ کس طریق مین اور کن الفاظ کے ساتھ مین آپ کے رُوبرو اپنے دل کے نقشہ کی ایک صاف تصویر پیش کرسکتا ہون - نیز اُن نیک خدمات کا جو کہ آپنے میرے حق مین ادا کی ہین کس طور سے شکریہ ادا کرون +

اب مجھے خوف لگتا ہے جبکہ مین اس بات کا خیال کرتا ہون کہ میرے سُوجے ہوئے گھٹنے کا ڈاکٹرون نے پانچ سال تک کس طور سے علاج کیا تھا کہ آخرش ہڈی کے ٹکڑے ٹکڑے ہو گئے تھے - اور مجھے اپنے اوپر عمل جراحی کرانا پڑا تھا + مین ہمیشہ اسکا ذکر کیا کرتا ہون + اس قصہ پر یہ کہنا کافی ہے کہ بعد عمل جراحی کے جبکہ اطبا نے کہا کہ مین بالکل اچھا ہو گیا ہون - اُس وقت مین اپنے تئین بہت ہی زیادہ بیمار معلوم کرتا تھا آپ کو اسکا پُورا پُورا ثبوت ملا ہوگا جبکہ مین آپکی خدمت مین علاج کے واسطے حاضر ہوا +

باوجود دس گز لانبی پٹی کے جس کو مینے پانچ سال سے استعمال کیا تھا میرا گھٹنا پھر سُوج آیا تھا اور اُس مقام پر جہان کہ عمل جراحی ہوا تھا پھوٹ نکلا + آپکے علاج کے اول ہی دن کے بعد پٹی کی ضرورت نرہی + گھٹنا پھر اپنی اصلی مقدار پر آگیا اور زخم رفتہ رفتہ چھوٹا ہوتا گیا جب تک کہ وہ بند ہو گیا +

آج کے دن مین اس خوش حالت مین ہون کہ میری ٹانگ اچھی نظر آتی ہے - اسی وجہ سے صدق دل سے مشکور ہون اور مین آپکی نسبت بڑی عزت کے خیالات رکھتا ہون + خداوند کریم آپ کو اُن نیک خدمات کا جو کہ آپنے میرے لئے اور نیز بہت سے دیگر لوگون کے لئے کی ہین ثمرہ نیک عطا فرماوے - اور اے پیارے مسٹر کوہنی! میری آرزو ہے کہ آپکی عمر دراز ہو تاکہ آیندہ بہت برسون تک انسان کے فائدہ کے لئے آپ کام کرین +　　　　بہت بہت یاد کرتا ہوا - یقین کیجے مجھے اپنا بہت ہی سچا

ازمقام زرنو وٹز - ہوکووینا　　　　اسٹیفن ریس - علم الہیات کا طالب علم

نمبر ۱۱۷ - ریڑھ کے ایک جوڑ کی سوزش - بآسانی قرار حمل

میرے پیارے صاحب - وہ شریف عورت جو کہ اب میری بیوی ہے کچھ عرصہ ہوا کہ بقول حکیم مرض اسپانڈیلائیٹس (یعنی ریڑھ کے کسی ایک جوڑ کی سوزش) مین مبتلا تھی + زائد از دو سال تک

اوسکو پیچھے کو جھکی ہوئی حالت مین رہنا ہوتا تھا + اور پلاسٹر کی پٹیان وغیرہ کی بندش سے اوسکا علاج اس طریق پر کیا گیا تھا جیسے کہ اُن بچون کا کیا جاتا ہے کہ جنکا کوئی عضو ٹیڑھا ہو جاتا ہے + لیکن مرض کو کسی طریقے مین افاقہ نہین ہوا تھا + حکمار نے آخرش اوسکو جواب دیدیا - وہ سمجھے کہ کوئی پھوڑا یا اُسکے کوئی شئے بنجاے گی + اس وقت مین اوسکی توجہ آپکی کتاب کی طرف دلائی گئی - کتاب اوسنے خریدکری اور میرے پاس بغرض مشورہ بھیجدی سیئے تمام کتاب کو بغور پڑہا اور مریضہ کو صلاح دی کہ آپ کے علاج کی آزمایش اچھے طور سے کرے - نیتجہ تعجب خیز ہوا - وہ پھوڑا جسکی ڈاکٹر صاحبان امید کررہے تھے نکلا ہی نہین + برخلاف اسکے مریضہ کی عام حالت تندرستی نے بہت ترقی کری پس وہ جلدی اوٹھنے کے قابل ہوگئی اور حکمار کو تعجب دلاتی ہوئی بغیر کسی کے سہارے کے چلنے لگی + بہت عرصہ نہین گذرا تھا کہ اوس نے اس جاکٹ کو جوکہ ریڑھ کے مرض مین استعمال کرتے ہین ترک کردیا + پچھلے سال وہ عورت جسکو اطبا نے جواب دیدیا تھا میری زوجیت مین آئی اور مجھے امید ہے کہ امروز فردا مین وہ ایک تندرست بچہ میری نذر کرے گی + ہم دونون یعنی مین اور میری بی بی اس امر کا پختہ اعتقاد رکھتے ہین کہ امراض کے شفا کرنے کا آپکا ہی طریق علاج تھا جس نے کہ اوسکی زندگی بچائی + پس میری درخواست ہے کہ مجھے اجازت دیجاوے کہ مین خود اپنے اور اپنی بیوی کی جانب سے دلی شکریہ کو اظہار آپکے روبرو کرون +

صدقدلی سے آپکی بھلائی چاہتا ہوا - مین ہون آپکا بڑا وفادار

ازمقام
زیورچ　　ایم - وان - ایس

نمبر ۱۱۴ - سل کے مادہ کی موجودگی کا مرض

پیارے مسٹر کوہنی - دوسال ہوے کہ آپکی کتاب "نیا علم شفا بخشی" میرے ہاتھ آئی اور اب مین آپکو اس امر کی اطلاع دینے کی حالت مین ہون کہ مین نے اپنے مرض مین یعنی **سل کے مادہ کی موجودگی کے مرض** مین ایسے عمدہ نتایج حاصل کئے ہین کہ مین سمجھتا ہون کہ آپکا اپنی تمام عمر مشکور رہونگا +

ہمارے پڑوس مین ایک بھٹیارہ کی لڑکی بیمار ہے اور ڈاکٹر لوگ کہتے ہین کہ اوسکی حالت بصورت آرام

غیر ممکن ہے + لیکن مجھے یقین ہے کہ کچھ نہ کچھ کیا جا سکتا ہے + کیا آپ اپنی راے اور تجویز براہ مہربانی ہم کو بتلا دینگے ؟

مین ہون آپکا وفادار

ازمقام اوبرس ٹینک - ٹاک ہیو برلیا　　　جوسف - ایچ

نمبر ۱۱۹ - ٹراکوما - (آنکھ مین ایک قسم کے روہے)

پانچ سال تک مین مرض ٹراکوما (ایجپشن آئی ڈیزیز) مین مبتلا تھا اور کوئی طبیب ایسا نتھا جو مجھے امداد پہونچاتا - پس مین آپکے طریق علاج کی آزمایش کرنے پر مجبور ہوا اور عجیب و غریب عمدہ نتائج حاصل کئے + دو ماہ مین میری آنکھین صاف ہوگئین اور مرض پھر نہین ہوا + اگر ممکن ہوا تو آئندہ سال میرا ارادہ ہے کہ لیزگ پہونچون تاکہ آپ سے ملاقات ہو اور آپکا مشہور کارخانہ دیکھون +

کیا مین آپ سے درخواست کر سکتا ہون کہ جرمنی زبان مین اور ہنگیرین زبان مین تیس تیس۳۰ چھوٹی کتابین معہ رپورٹ شفایابی مفت تقسیم کرنے کے لئے آپ مجھے بھیج دیجئے - میری خواہش ہے کہ مین اونکو اپنے دوستون مین تقسیم کرون +

مجکو سمجھئے اپنا بہت بہت صادق

ازمقام بوڈاپیسٹ ملک ہنگری　　　کارل - ٹی

نمبر ۱۲۰ - استسقا - ورم کی ہوئی ٹانگین - دردسر - قبض -

پیارے صاحب - آپکی کتاب "نیا علم شفا بخشی" میرے پاس ایک سال سے ہے میری سفارش پر بہت سے دوستون نے اس کتاب کو منگایا ہے اور وہ سب لوگ اسکو بہت عمدہ اور ایک عملی کتاب سمجھتے ہین - میری بی بی عمر ۳۲ سال کو بچپن سے قبض اور دردسر کی شکایت تھی اور ہر قسم کی ادویات اور دستون کی دوائین کھانے پر مجبور کیا جایا کرتی تھی + لیکن آپکے علاج شروع کرنے سے یہ تمام شکایات غائب ہوگئی ہین اوسکی سوجی ہوئی ٹانگین اور استسقا (جو مرض کہ ڈاکٹرون نے تشخیص کیا تھا) اچھے ہوگئے - قبض کی حالت مین بڑی کامیابی کے ساتھ مینے آپکے غسلون کا استعمال کیا ہے +

مہربانی فرماکر مجھے اپنی دیگر کتابون کی بھی جلدین بھیج دیجئے - نیز کتاب سائنس آف فیشل اکسپرشن اور کھانے بنانے کی کتاب کی ایک جلد + جیسے کہ آپ ویسے ہی آئندہ بھی ہمیشہ یہ میری دلی خواہش

ہو گی کہ اس نئے علم شفا بخشی کے اصولوں کو پھیلایا جاوے +

ازمقام بالکلین بن (ساکلیمیا)

مین ہون اے پیارے صاحب آپکا وفادار کارل۔ کے

نمبر ۱۲۱۔ بواسیر کے مسون کی شکایت ۔ نیند کا نہ آنا ۔ غدود کے غلبے ۔ قبض +

پیارے صاحب - اپنے طبیب کی خدمات سے سبکدوشی حاصل کرنیکے بعد جسنے کہ میرا علاج بغیر کچھ بھی بات حاصل کئے ہوئے تین سال تک کیا تھا - مینے اُس مشورہ پر عمل شروع کیا جو کہ بذریعہ خط آپ نے مجھے دیا تھا +

مینے غسل پورے طور سے آپکی ہدایت کے موافق لئے - اور نیز غذا +

میری بیوی اور بچے متعجب ہوئے تھے جبکہ حال مین مین بعض وقت ہنستا تھا کیونکہ یہ ایک ایسی بات تھی جو مینے تین سال سے نہین کی تھی + میری انتڑیان اب ٹھیک طور سے ہین - بواسیر کے مسّے اور غدود کے غلبے جو کہ مجھے تکلیف دیتے تھے اب صحت پا گئے ہین - اب مین اچھے طور سے سو سکتا ہون حالانکہ پیشتر مجھے ہمیشہ بے خوابی کی شکایت رہتی تھی +

مجھے اجازت دیجئے کہ مین اپنی سچی شکورینکا اظہار آپ پر کرون - اور اے پیارے صاحب کہ ہمیشہ مجھے سمجھئے اپنا بہت سچا ایچ - ڈبلیو

ازمقام سینٹ پیٹرسبرگ - ملک روس -

نمبر ۱۲۲ - مرض جگر - قبض -

پیارے صاحب - ہمکو (یعنی مسٹر بی کو اور مجھے) اجازت دیجئے کہ ہم لوگ آپکی خدمت مین اوس کام کے بارے مین جو کہ آپنے ہمارے لئے کیا ہے اپنی بڑی شکوریونکا اظہار کرین + جولائی سنہ ۹۳ء مین ہم لوگ شہر لیزک مین تھے اور آپکے علاج سے ہمین ایسی کامیابی حاصل ہوئی کہ ہم لوگ اوسکا دھیان کرکے ہمیشہ خوش ہوتے ہین + مسٹر بی عارضہ جگر مین بڑی سختی کے ساتھ مبتلا تھے اور یہان ملک ڈنمارک مین تمام ہمارے دوست اس بات کو کہ اونکو آرام ہوجانا ممکن ہوا ایک سچا معجزہ خیال کرتے ہین + مین بھی قبض مین

مبتلا تھی ہمارے پاس بہت سے لوگ آپکے طریق علاج اور آپکی کتاب کے بارے مین دریافت کرنے کو آتے ہین + مہربانی کرکے آپ مجکو اپنے **طریق علاج کی اشاعت** کرنے والی چھوٹی **کتب۔ ڈنمارک۔ ناروے اور سویڈن** کی زبان مین بہیجد یجئے۔ مین اُن کو ملک ڈنمارک۔ ناروے اور سویڈن مین تقسیم کرونگی + میرے لئے تب یہ بات آسان ہوگی کہ آپکی کتاب کی سفارش کرون اور لوگون کو یقین دلاؤن +

ازمقام مارڈرو یگارڈ۔ ملک ڈنمارک　　آپکی بہت سچی مسز ایچ۔ پی۔

نمبر ۱۲۳۔ سل۔ کھانسی۔ مُنہ سے لعاب جانا۔ تھوک مین خون آنا۔

پیارے صاحب۔ میری دلی خواہش میرے اوپر ایسا غلبہ کرتی ہے کہ مین اُس علاج کی نسبت جوکہ آپ نے **میری سخت علالت کی حالت مین بہت ہی ہوشیاری سے میرے لئے تجویز کیا تھا**۔ اپنی بہت ہی سچی اور بڑی سرگرم مشکوریونکا اظہار کرنے سے باز نہین رہ سکتی + **سل۔ کھانسی۔ مُنہ سے لعاب جانا۔ اور تھوک مین خون آنا**۔ اِن امراض مین مین مُبتلا تھی + ۸ سال سے سخت حالت مین رہی تھی + نہ تو گھر کے علاج۔ نہ ڈاکٹر لوگ۔ نہ عطار لوگ کچھ کام کرسکے۔ بلکہ اسکے برخلاف مین زیادہ خراب حالت مین ہوتی گئی + مرض اس درجہ مزمن تھا کہ کوئی خیال مین بھی نہین لاسکتا تھا + میری حالت ہر طرح سے قابل افسوس تھی + اور ادویات کے ذریعے علاج کرنے والے شخصون مین مجھے کچھ بھی اعتقاد نہ رہا تھا +

۴۔ دسمبر کو میری توجہ آپکے طریق علاج کی جانب مائل کرائی گئی + **آپ کی تجویز کے موافق** عمل کرنے سے دوسرے یا تیسرے دن مجھے آرام ملا۔ میری مرض شکایت ہر ہفتہ صحت پاتی گئی۔ اور اس وقت بعد تین ماہ کے بالکل آرام ہوگیا ہے + مین تندرست اور تازہ معلوم ہوتی ہون اور صرف یہ ہی خواہش کرتی ہون کہ تمام دیگر مریض لوگ آپکے طریق علاج کو آزماوینگے تاکہ بیمار انسان کے لئے یہ طریقہ علاج آسائش دائمی کا منبع ثابت ہو + یہی علاج جملہ امراض کے آرام کرنے کا سچا ذریعہ ہے +　　مین ہون آپکی بہت سچی۔ جی۔ ایم۔ (عمر ۴۴ سال)

ازمقام یلاک - ملک روس - (گورنمنٹ بیب ریا)

نمبر ۱۲۴ - استسقا-سل - ذات الجنب

پیارے مسٹر کوہنی! یہ سطرین مین اس غرض سے آپکی خدمت مین بھیجتی ہون کہ اُس عمدہ تندرستی کے متعلق جسپر کہ آپ کے طریق علاج نے مجھے پہونچا دیا ہے - آپکی خدمت مین اپنا دلی شکریہ ادا کرون میری طبیعت مین آپکی بہت ہی زیادہ عزت ہوتی ہے جبکہ مین اس امر کا خیال کرتی ہون کہ آپنے میرے حق مین کیا کیا کیا ہے - آپ مصیبت زدہ لوگون کے سچے مسیحا ہین؟

دو سال سے مین ذات الجنب مین مبتلا ہو رہی تھی اور پلنگ پر ہی مجھے رہنا پڑتا تھا + استسقا نے بھی اپنا اظہار کیا تھا + ڈاکٹرون نے میری تکالیف کو رفع کرنے کی کوشش کری مگر بے سود آخرش مجھے عام طور سے پروفیسرون اور ادویات سے علاج کرنے والے لوگون کا بڑا خوف ہوگیا صرف آپ کے ہی نسخون سے مین اچھی ہوئی ہون + یہانتک کہ علاج کے اول ہی دن میری طبیعت اچھی معلوم ہوئی - اور پھیپڑے کے اوپر کی رسولی گھلنے لگی +

اپنی تندرستی کے پھر حاصل کرنے کی وجہ سے مین پھر آپ کا شکریہ بڑی سرگرمی سے ادا کرتی ہون +

مین ہون آپکی بہت ہی سچی
(مس) ایڈا - ایس

ازمقام
بنزیکون - ملک سوئٹزرلینڈ

نمبر ۱۲۵ - گلٹی کا سوج آنا - درد دندان - آنکھ کی بیماری - بلعوم کی سوزش - پھیپھڑون کی سوزش - سانس مین قلت - دمہ - بدخوابی -

پیارے صاحب - اِن سطرون کا لکھنے والا - جوکہ پادری ہے اس امر مین اپنے کو خوش قسمت خیال کرتا ہے کہ آپکی کتاب "نیا علم شفابخشی" کا حال اوسے معلوم ہوا اور یہ کہ اوسنے اوسکو پڑھا -

اس امید سے بات سنے کہ آپ کی کتاب پچیس۲۵ زبانوں میں ترجمہ ہو چکی ہے - میری توجہ اس کی طرف مائل کری - اب میں آپ کی کتاب سائنس آف فیشیل ایکسپریشن نامی اور دیگر کتابوں کو مطالعہ کر رہا ہوں اور جس جگہ کہ میں جاؤں گا - میں آپ کے طریق علاج کے پھیلانے کی کوشش کرونگا + میں درد دندان میں دہنے بائیں جانب کی گلٹیوں کی سوجن میں آنکھوں کی سستی میں حلق کی سوزش میں شدت سے مبتلا تھا + اس جگہ مقام اسکونا میں میں نے آپکی تحریری ہدایات پر حتی الامکان عمل کیا - اسکا نتیجہ بھی بہت عمدہ رہا + اس واقعہ کا استعمال آپ اپنے لیکچروں میں یا جہاں کہیں کہ آپ چاہیں کریں - آپکے ایسا کرنے میں مجھے کوئی عذر نہیں ہے + بلا شبہ چند سال کے اندر ہی میں مرض سل میں مر گیا ہوتا - لیکن بات یہ ہے کہ میں صحیح راستہ پر وقت مناسب کے اندر ہی پہونچ گیا تھا + میرے سانس کی قلت - پھیپھڑوں کی سوزش اور دمہ کو اب بالکل آرام ہو گیا ہے - نیز بدخوابیوں کو -

بہت عزت کرتا ہوا اور بہت بہت سلام عرض کرتا ہوا

آپکا بہت ہی وفادار پادری - ای -

از مقام اسکونا

نمبر ۱۲۶ - قرار حمل - اور زچگی میں آسانی

پیارے مسٹر کوہنی ! جیسا کہ آپنے ہمسے کہا تھا ویسا ہی ظہور میں آیا ہے + ۳ ر اپریل کو میری بی بی ایک موٹا تازہ بچہ امن و امان کے ساتھ جنی - بچہ جننے کے پیشتر اوسنے آپ کے طریق علاج پر بڑی محنت کے ساتھ عمل کیا تھا - یعنی ٹھیک ٹھیک آپکی ہدایات کے مطابق + ایام حمل بہت ہی اچھی طرح سے گزرے + ½ ۹ بجے درد زہ شروع ہوا - اور ¾ ۹ بجے - یعنی پاؤ گھنٹہ کے اندر بچہ پیدا ہو گیا + ہمارا خاندانی طبیب جو کہ میری درخواست پر اُس وقت میں موجود رہا تھا - بچہ پیدا ہونے سے ایک گھنٹہ قبل یہ خیال

کر کے کہ ابھی ۲ دو دن تک بچہ پیدا نہوگا چلا گیا تھا + اوسکی امید کے خلاف اوس کے چلے جانیکے بہت جلد بعد ہی بچہ پیدا ہوگیا۔ بس ہین اپنے دایہ کی قایم مقامی کری + بعد جننے کے میری بیوی کی طبیعت فوراً ہی بہت اچھی ہوگئی۔ اور اسے مسٹر کوہنی اوس کے اول خیالات آپ ہی کے متعلق تھے۔ اُس کے سب سے اول کے الفاظ یہ تھے۔ "بس یہی بات ہے جس کی کہ مسٹر کوہنی نے پیشین گوئی کی تھی"

اپنے بہت عمدہ مشورہ کی بابت آپ ہماری دلی مشکوریوں کو قبول فرمائین۔ آپکی کتاب ہمیشہ ایک متبرک کتاب رہے گی اور ایسی ہی ہے بھی + ہمارے خاندان کے ڈاکٹر نے جو کہ بعد کو آیا ہمسے کہا کہ اوسکے کُل اکتالیس سال کے تجربہ مین (اب اوسکی عمر ۶۵ سال کی ہے) اوسنے ایسی بات اسکے قبل کبھی نہین دیکھی تھی + آپکے طریق علاج کے لئے یہ موقع بڑی فتحمندی کا تھا۔ میرے اور میم صاحبہ کی طرف سے بہت بہت سلام پہونچے +

از مقام — مین ہون آپکا سچا

شلاس ایل۔ ملک ہالینڈ — اے۔ ایس۔ رسالہ کا کپتان

نمبر ۱۲۷۔ مقعد مین ناسور۔ آنت کا پھوڑا۔

پیارے صاحب - میرے پاس آپکا دوسرا خط آیا۔ جسمین کہ آپنے دریافت کیا ہے کہ آپکے اس سے قبل کے خط کی ٹھیک ہدایات پر چلنے کے بعد میری حالت کیسی ہے + بہت خوشی کے ساتھ آپ کو مطلع کرتی ہون کہ **مقعد کا ناسور اور آنت کا پھوڑا** دو ہفتہ ہوئے کہ صحت پا چکے + اولاً مین آپکی ہدایات پر پورا پورا عمل نہین کر سکی۔ لیکن بعد کو عمدہ مشورہ کے مطابق عمل کیا + ماہ جنوری کے دوسرے ہفتہ مین مین نے دو یا تین **فریکشن سٹز باتھز** روزانہ لینے شروع کردئے مگر بوجہ شدت سردی کے پانی کی حرارت ۶۶ تا ۶۸ درجہ فہرن ہائٹ رکھی گئی + مین نے غذا بھی ٹھیک ٹھیک آپ کی ہدایت کے بموجب استعمال کری ہے اور اب مین پورے طور سے اچھی ہون + میری یہ

آرزو ہے کہ آپکی عمدہ کتابون کے مطالعہ کرنے والون کا احاطہ وسیع ہوتا جاتے۔

بہت بہت شکریہ کے ساتھ مین ہون آپکی وفادار

جولیا۔ ایل

از مقام
ہولٹ نزد کوپن ہیگن۔
ملک ڈنمارک

نمبر ۱۲۸۔ بیحد گھبراہٹ۔ جلق

اس تحریر کے ذریعے مین مسٹر کوہنی کا شکریہ بابت اوسی امداد کے ادا کرتا ہون جو کہ اونھون نے اپنے طریق علاج سے میرے سہ سالہ بچے کو اوسکی سخت بیماری مین پہونچائی ہے + نہ تو دھمکی نہ سزا اوسکی حالت کو درست کر سکی تھی۔ لیکن **فریکشن سٹز باتھ** اور **پرہیزی غذا** نے میرے بچہ کو **گھبراہٹ** اور **جلق** سے بالکل آرام کر دیا +

بڑے اعتقاد کے ساتھ مین مسٹر کوہنی کے طریق علاج کی ہر جگہ سفارش کرتا ہون +

دستخط۔ ایچ۔ ایس۔ از مقام لینرگ

نمبر ۱۲۹۔ حجاب القلب مین پانی آجانا۔ پورانا دمہ

پیارے صاحب۔ زائد از تین سال سے مین **استسقاء حجاب القلب** اور **سخت دمہ** مین مبتلا تھا + مین کئی ایک فوجی و ملکی ڈاکٹرون کے زیر علاج رہا۔ نیز مشہور پروفیسر پی ساکن کریکو کے زیر علاج رہا۔ لیکن بالکل بے سود۔ یہ صرف آپکے ہی مشورہ اور آپکی کتاب سے ہی ایسا ہوا ہے کہ مجھے اپنے سخت اور خطرناک بیماری سے شفا حاصل ہوئی ہے جس کو کہ اب چھ ۶ ماہ گذر چکے ہین۔ اس سبب سے مین اپنے صدق دل سے آپکا شکریہ ادا کرتا ہون +

مین ہون آپکا صادق ایم۔ اسے۔ عدالتہائے ضلع مین کلرک

از مقام آرگیلیشیا

نمبر ۱۳۰۔ درد گٹھیا۔ دل کی بیماری۔ سرطان رحم۔ بواسیر کے مسے۔ ہاضمہ کی خرابی۔ سوء ہضمی۔ کمر مین اور جانب مین درد

پیارے مسٹر کوہنی! بحیثیت پریسیڈنٹ کوہنی سوسایٹی اس شہر کے جسمین کہ زائد از تین ۳۰۰ صد ممبران ہین

اور اس سے بھی زیادہ اس وجہ سے کہ مین آپکے عجیب ذہانت اور اعلے قابلیت کا دلی قدردان ہون
مین خود اس امر پر مجبور ہون کہ آپ کو مطلع کرون کہ آپکے طریق علاج نے مرتے ہوے لوگون کو تندرست
کردیا ہے۔ کیونکہ ادنی درجہ کے اور بے تدبیر حکما لوگ اکثر اوقات مریضون کو لاعلاج ہی سمجھ کر جواب دیدیتے
ہین + ایک مریض جوکہ آپکے طریق علاج سے آرام کیا گیا ہے وہ آخری درجہ کے درد گٹھیا مین مبتلا تھا۔
مرض کا اثر دل تک پہونچ چکا تھا۔ ایک عورت مبتلائے مرض سرطان رحم نے بھی آپکے طریقہ پر
علاج کرنا شروع کیا + اس سے قبل اوسکا علاج دس حکمائے مغربی نے بغیر کامیابی کے کیا تھا +
ان دس مین سے ایک شخص اس شہر کے شفاخانہ کا ڈائرکٹر (کارپرداز) تھا۔ جسنے کہ اس عورت پر عمل جراحی
کرنا شروع کیا۔ لیکن شکم کو کہولنے کے بعد وہ اپنے عمل جراحی کو پورا کرنے سے ڈر گیا کیونکہ مریضہ بے حد
کمزور تھی + مرض اسقدر دور تک پہونچ گیا تھا کہ جملہ حکما نے کہدیا تھا کہ یہ عورت اقل درجہ تین ماہ سے
زائد زندہ نہ رہ سکے گی + تاہم وہ عورت اب چھ ماہ سے زندہ ہے اور اوسکا لاعلاج مرض جا تا رہا ہے +
مین نے خود آپکے نسخہ جات پر زائد از ایک سال تک عمل کیا ہے اور میری تندرستی اس درجہ سدھر
گئی ہے کہ مین اپنے کو اچھا ہو گیا ہوا ہی خیال کرتا ہون + بواسیر کے مسون کی اور ہاضمہ کی خرابی
کی بہی میری شکایات تہین جنہون نے کہ معدہ کی بہت ہی ناگوار خرابیان پیدا کردی تہین اور سامنے کی
جانب۔ دہنے و بائین جانب اور پشت مین درد پیدا کئے +
اس بغیر طلب کی ہوئی سند کا آپ جو مناسب سمجہین استعمال فرماوین + بہت بہت سلام اور بہت بہت
شکریہ کے ساتھ آپکا بہت ہی سچا ولسنٹ۔ ڈی۔ کوہنی نیچر کیور سوسائٹی کا صدر نشین۔

از مقام بیو نو۔ ایریز +

نمبر ۱۳۱۔ آنکھ کی بیماری

پیارے مسٹر کوہنی! مین آپکا اس درجہ مشکور ہون کہ مین اس بات سے باز نہین رہ سکتا ہون کہ مختصراً
آپ سے اس امر کی اطلاع کرون کہ میرے لڑکے عمر ۱۲ سال کی آنکھ کی بیماری نے کیا طریقہ اختیار کیا۔

میری تحریر طلبی مشورہ کے جواب مین آپکے معزز خط پہونچنے کے بعد مینے آپکی ہدایات پر پورا پورا عمل کیا + مین اپنے تعجب کا کس طور سے بیان کر سکتا ہون + تین ہفتہ تک غسلون کے لینے کے بعد میرا لڑکا قریبًا بالکل صحت پا گیا تھا۔ اسکے بعد ایک ہفتہ مین وہ پورے طور سے اچھا ہو گیا تھا اور اُس وقت کے بعد بیماری کی کوئی بات بھی دیکھنے مین نہین آئی ہے + بچہ پورے طور سے تندرست ہے +
اے صاحب! جو بات کہ ڈاکٹر لوگ تین سال مین نکر سکے تھے وہ بات آپنے کم و بیش چار ہفتہ مین اپنے طریق علاج کے ذریعہ سے حاصل کرلی + میری دلی شکریون کو قبول فرماتے + یہ چند سطرین مین آپکے پاس از خود بھیجتا ہون انکا استعمال آپ جس طور سے اپنے لئے عمدہ خیال فرماوین کرین +

از مقام رشید سٹن　　آپکا وفادار۔ جی۔ الیف

نمبر ۱۳۲۔ پیشاب کی نالی کا تنگ ہوجانا یعنی قرحہ

پیارے صاحب۔ یہ بات خوشی کے ساتھ ہے کہ مین اپنے قلم کو اس غرض سے اوٹھاتا ہون کہ آپ کو مطلع کرون کہ آپکے طریق علاج نے جسپر کہ مینے آپ کے خط مین دی ہوئی ہدایات کے مطابق ۳۰ اگست سے یکم اکتوبر تک پورا پورا عمل کیا تھا۔ مجھے عمدہ تندرستی عطا کی ہے +
دوسرے ہفتہ کے شروع مین سوزش اور ورم کم ہوجانے پر قرحہ غائب ہوگیا اور آج کے دن مجھے زور کی دھار کے ساتھ پیشاب کرنے مین کوئی دقّت نہین ہوتی ہے۔ اس طور سے (عمدہ طور سے) مین اپنی معمولی تندرستی کی حالت مین پہلے بھی کبھی پیشاب نہین کر سکتا تھا +
اے صاحب مین استدعا کرتا ہون کہ میری سچّی اور دلی شکریون کو آپ قبول فرماتین + پرمیشور آپ کو اور آپکے اس نادر طریقہ علاج کو برکت دے۔ اور آپکا نادر طریقۂ علاج کل دنیا مین ہر جگہ پہونچ جاوے +
چند روز مین مین آپکو اپنی بی بی کی حالت تحریر کرونگا۔ جو کہ پانچ سال سے بہرہ پن مین مبتلا ہے۔ اور درخواست کرتا ہون کہ آپ اُس وقت براہ عنایت ایک ہدایتی چٹھی بھیجدینگے + مین امید کرتا ہون کہ مین جلد ہی کسی تاریخ پر حاضر خدمت ہونگا +

مین ہون آپکا وفادار　　از مقام الٹول۔ ملک ہنگری
جے۔ ایچ۔ کارخانہ دار

نمبر ۱۳۳۳ عوام کے روبرو اظہار شکریات۔ ذیابیطس

میں اس بات کو جانتا ہوں کہ شہر لیپزگ سے روانہ ہونے کے وقت میں اس امر کو فراموش نہیں کر سکتا کہ مسٹر لوئی کوہنی صاحب ساکن نمبر ۲۴ فلاس پلیٹیز شہر لیپزگ کا شکریہ۔ اس عجیب شفایابی کی نسبت جو کہ مجھے اونکے پسندیدہ طریقہ علاج سے حاصل ہوئی ہے بغیر اونکی کسی خواہش کے عوام کے روبرو ادا کروں +

میری عمر ۶۶ سال کی ہے اور میں عرصہ سے اس بڑے ہیبت ناک مرض میں جسکو ذیابیطس کہتے ہیں مبتلا تھا جسکے بارے میں مینے بہت سے حکما سے مشورہ لیا تھا مگر کچھ کامیابی نہ ہوئی تھی۔ چند احباب ساکن بارمین نے اس وقت میری توجہ کوہنی صاحب کے بغیر ادویات و بغیر اعمال جراحی والے نئے علم شفابخشی کی جانب مایل کرائی + پس میں سفر کرتا ہوا لیپزگ پہونچا اور کوہنی صاحب کی تمام خاص ہدایات پر حسن عمل کیا + دو ہفتہ علاج کرنے کے بعد شکر کی مقدار ۵ء۸ درجہ سے ۱ء۱ درجہ پر گھٹ کر آگئی۔ اور ایک اور ہفتہ بعد شکر بالکل غائب ہوگئی + چار اور پانچ ہفتہ بعد جب اور جانچ کی گئی تو اوسمیں بھی کوئی نشانات شکر کے نہ ملے + اس سب کی حلفیہ تصدیق ڈاکٹر روہرگ۔ ڈاکٹر الیسیز۔ ڈاکٹر بانک اور ڈاکٹر سریگر نے جو کہ عدالتہائے لیپزگ کی جانب سے امتحانات کیمیائی کرنیوالے ہیں کر دی تھی پس بڑے اطمینان کے ساتھ میں تمام مریضوں سے کوہنی صاحب کے طریق علاج کی سفارش بخوبی کر سکتا ہوں۔ زیادہ تر اس وجہ سے کہ اس جگہ اور بارمین میں مجھے ذاتی واقفیت ایسے اشخاص سے ہے جو کہ کوہنی صاحب کے علاج سے اچھے ہو چکے ہیں +

رقم۔ ایل۔ بی۔ ساکن بارمین کاریگر
از مقام لیپزگ۔ ۸۔ اگست
۹۵ء

(تمام ہوا حصہ چہارم)

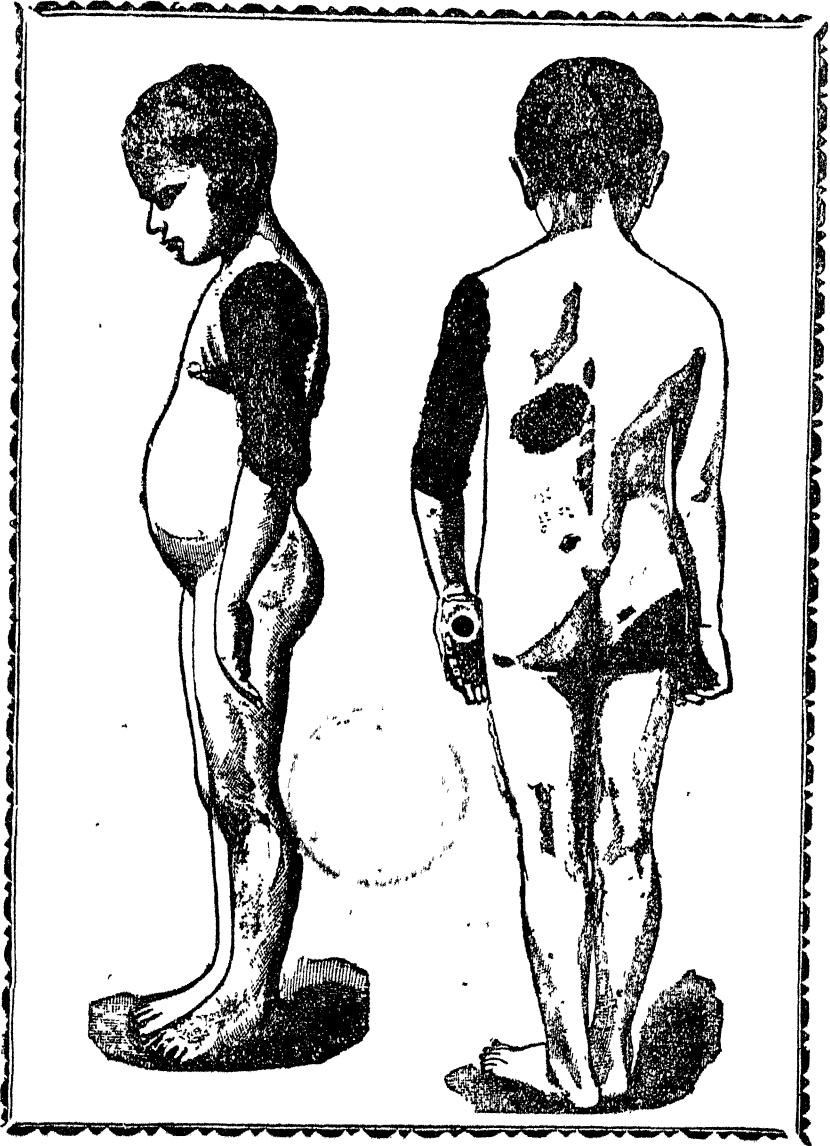
چند مثالیں جن سے

کہ

سائینس آف فیشیل اکسپریشن کی پوری تشریح ہوتی ہے

مدعی سامنے کی طرف کا بارمادہ فاسد ۱

معقض پشت کی جانب کا بارمادہ قاسد

سامنے-طرفین-اور پشت کی جانب کا بارمادہ فاسد جسمیں کہ
سامنے کی جانب کا بارمادہ فاسد زیادہ ہے

وہ بچہ جسکو ۴۵ مرتبہ تجوہر کیوان سے ٹیکا لگایا گیا تھا
نیز اوسکے نتائج

حرف الف

حرف الف

حرف الف

فہرست نیا علم شفابخشی بقید حروف تہجی

حرف ب

حرف ب

حرف ب

حرف پ

حرف پ

حرف ح

حرف خ

فہرست نیا علم شفا بخشی بقید حروف تہجی

حرف س

حرف ش

حرف میم

حرف میم

حرف ن

تمت

مسٹر ویر کرشن سروپ کی لکھی ہوئی چند ایسی رپورٹین

اُن مریضون کے حالات کی یہان پر درج کیجاتی ہین

جنکا علاج انکے ہاتھ سے یا انکے مشورے کے مطابق ہوا ہے

امید کامل کیجاتی ہے کہ اس علاج کے کرنے والون کو ان سے

ضرور مدد ملے گی

یہ رپورٹین اولاً کتاب نیا علم شفا بخشی ہندی کی طبع اول مین چھپ چکی ہین

نمبر ۱۔ ڈبہ یعنی پسلی چلنا اور بخار۔ ایک مرتبہ میرے ایک لڑکے کو جسکی عمر قریب تین مہینے کی تھی پسلی کا مرض ہوگیا۔ جس کو ڈبہ بھی کہتے ہین۔ انگریزی مین ڈاکٹرون نے اسے کیپلری برانکائٹس کے نام سے موسوم کیا ہے۔ کوئی چار پانچ روز تک ایک اسسٹنٹ سرجن صاحب کا جو کہ میرے دوست بھی تھے علاج ہوتا رہا لیکن اتفاق سے اُس کو کچھ افاقہ نہ ہوا بلکہ مرض اور ترقی پکڑتا گیا۔ اُن ایام مین وہ بچہ بالکل نہ سوسکا اور بخار ۱۰۳ و ۱۰۴ درجہ پر تھا۔ لائق ڈاکٹر صاحب نے فرمایا کہ مریض کی حالت خراب ہوتی جارہی ہے اور اس بچہ کی زندگی کی امید بہت کم ہے۔ انھون نے علاج تبدیل کرنے کی اجازت دی۔ اس وقت مین نے اُس بچہ کی نا امیدی کی حالت مین بذریعہ غسل علاج کرنے کا ارادہ کیا۔

بزرگ عورتون نے بھی اوسکی ایسی حالت دیکھکر زندگی کی امید ترک کردی تھی۔

یہ کنوار کا مہینہ تھا لیکن بارش اور اولے بہت پڑے تھے جس سے سردی چھاگئی تھی۔ اس وجہ سے کمرہ انگیٹھی سے گرم کرکے ۸۳ درجہ فہرن ہائٹ کے پانی مین ایک ہپ باتھ پانچ چھ منٹ کا دیا گیا۔ دو تین منٹ کے اندر ہی وہ بچہ جو کئی دن سے ذرا بھی نہ سویا تھا

غسل کرنے کی حالت مین سو گیا - دو تین منٹ سونے کی حالت مین غسل کرایا گیا اور غسل کے
بعد گرم کپڑون مین لٹا دیا گیا - دو گھنٹے کے بعد بچہ جاگا - اور بخار جو غسل سے کم ہو کر ۱۰۲ درجہ
سے نیچے ہو گیا تھا پھر بڑھتا ہوا معلوم ہوا -

جاگنے کے ایک گھنٹے کے بعد یعنی اول **ہپ باتھ** سے تین گھنٹے بعد اسے پھر ایک **ہپ باتھ**
۵- ۶ منٹ کا دیا گیا - اس سے پھر بچے کو نیند آگئی - ایک دن رات ایسا ہی کیا گیا جس سے بچہ
ایک غسل کے بعد دو ڈھائی گھنٹے کو سو سکا -

پھر خیال مین آیا کہ اگر پانچ چھ منٹ کی بجائے ۱۰- ۱۲ منٹ یا زیادہ دیر تک کا غسل دیا جائے
تو اچھا اثر ہوگا - جیسا کہ کوہنی صاحب نے فرمایا ہے (دیکھو صفحہ ۳۰۵ کتاب نیا علم شفا بخشی)
دوسرے دن بچے کو ۵ منٹ کا **اسٹیم باتھ** دیکر ۱۲ منٹ کا ہپ باتھ دیا گیا تو بچہ اب تین گھنٹہ
سویا اور بخار بڑھنے پر پھر جاگا تو اوس کو **ہپ باتھ** ۱۰- ۱۲ منٹ کا دیا گیا جس سے اس کو نیند
آجاتی تھی - اور اسی طرح تین تین چار چار گھنٹے مین ۱۰- ۱۲ منٹ کے ہپ باتھ دیتے جاتے تھے + اور
اس کو گرم کپڑون مین اوسکی والدہ کے پاس لٹانے سے اوسکے مرض مین کمی ہونے لگی اور بچہ دوسرے ہی
دن سے مان کا تھوڑا تھوڑا دودھ بھی پینے لگا +

چار دن کے اندر بچہ بالکل اچھا ہو گیا اور دیکھنے والون کو اوسکی صورت سے یہ معلوم نہ ہوتا تھا کہ چار پانچ
دن پیشتر بچہ ایسی مصیبت مین پڑ گیا تھا کہ اوسکی زندگی کی امید بھی نہ رہی تھی وہ بچہ للہ اب زندہ ہے اور
نہایت تندرست ہے +

نمبر ۲ - جسم کا درد - ایک بچے کے پیر مین کھیل کود سے موچ آکر جوڑ پر سوجن آگئی تھی
اسکا علاج بذریعہ ادویات کرایا گیا تھا جس سے ظاہری سوجن جاتی رہی تھی لیکن چلنے سے پیر مین کچھ کچھ
تکلیف معلوم ہوتی تھی - کچھ دنون بعد یہ درد اور بھی کم ہو گیا - کئی برس بعد اس بچے کے جسم مین سردی
لگنے کے سبب درد ہو گیا - اسکا علاج بذریعہ نیا علم شفا بخشی کیا گیا - اور اوس کو **ہپ باتھ**
اور سٹز باتھ اور **سن باتھ** دئے گئے جس سے جسم کا درد تو اچھا ہو گیا - لیکن اوس
ٹخنے مین سوجن آگئی اور درد بڑھ گیا - جسمین کچھ پہلے سوجن آگئی تھی - تین چار دن مین یہ

سوجن اور درد بھی جاتا رہا اور موچ بھی اچھی ہوگئی۔ سن بلوغ کے وقت موچ آئے ہوئے مقام پر بھی کیلے کا ہرا پتّہ رکھا جاتا تھا۔

اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ موچ پہلے علاج میں دور نہیں ہوئی تھی بلکہ دب گئی تھی جو اِس پانی کے علاج کرنے سے پھر ابھری اور تب اچھی ہوئی۔ چودہ پندرہ برس ہوگئے کہ پھر نہ تو موچ کے مقام پر تکلیف معلوم ہوئی نہ جسم میں درد معلوم ہوا+

نمبر ۳۔ پُرانا بخار (تپ دق) مئی ۱۹۱۴ء میں پنڈت مہابیر پرشاد مشعر کو جو کرنل سر پرتاپ سنگھ ریاست جودھپور کے سررشتہ دار ہیں کئی مہینے کا بخار ہوگیا جو کھانا کھانے کے بعد بڑھ جایا کرتا تھا۔ ڈاکٹروں نے کہا کہ یہ "ٹوبرکیولوسس" یعنی تپ دق ہے۔ اور صلاح دی کہ الموڑے یا بھوالی پہاڑ پر جانا چاہیئے۔ جودھپور سے الموڑے یا بھوالی جانے کی غرض سے وہ مرادآباد تشریف لائے اور اپنے چچا صاحب کے پاس ٹھیرے۔ آپ نے یہاں بھی تھوک اور بلغم کی جانچ کرائی تو معلوم ہوا کہ ٹوبرکولیوسس ہی ہے۔

اس زمانہ میں مجھ سے بھی ملے۔ اس وقت میرے پاس مسٹر کرشنا راؤ مدراسی قیام پذیر تھے۔ جنہوں نے کئی برس ہوئے اپنی تپ دق کو پانی کے علاج سے آرام کیا تھا اور جنہوں نے اس علاج کے لئے اپنی بقیہ زندگی وقف کردی ہے۔ میں نے مہاشہ کرشنا راؤ جی سے بھی انکو ملایا اور انکی صلاح کے مطابق مشعر جی نے اپنا علاج شروع کیا۔

پہلے تو اُن کو اس نئے علاج میں بہت کچھ شک ہوا لیکن مسٹر کرشنا راؤ کا حال سُننے سے نیز اونکی بیماری کے زمانہ کی اور اچھے ہو جانے کے بعد کے فوٹو دیکھ کر اور بابو اندرجیت کا خط پڑھ کر (جو آگے دیا گیا ہے) انکو اس علاج پر یقین ہوا اور انھوں نے علاج شروع کردیا+

اس زمانہ میں انکا بخار ۱۰۱ و ۱۰۲ درجہ تک بڑھ جاتا تھا۔ لیکن مریض میں طاقت اتنی تھی کہ وہ میل تک بلا تکان کے چل سکتا تھا۔ **دست ٹھیک نہیں ہوتا تھا۔ کھانے کی خواہش نہ تھی۔ ذائقہ بہت بُرا رہتا تھا۔** پسینہ صرف پیشانی اور سینہ پر آتا تھا باقی جسم کو بالکل نہیں آتا تھا+

مہاشیہ کرشنا راو جی نے انکی حالت پر غور کیا اور کہا کہ ایک مہینے مین بخار جاتا رہے گا اگر علاج ٹھیک ٹھیک کیا جاوے اور صاف ہوا مین رہا جاوے۔ اول ۳۔ ہپ باتھ کنوئے کے تازہ پانی مین بیس بیس منٹ کے دس دن تک لیتے۔ ۶ بجے صبح۔ ایک بجے دوپہر ۶ بجے شام کو۔ ہر باتھ کے بعد کچھ دیر ٹہلنا بتلایا جس سے گرمائی پیدا ہو جاوے۔ جسم مین بعض بعض مقام پر پسینہ خود بخود آنے لگا اور بخار کے بڑھنے مین کمی معلوم ہونے لگی۔ ۱۰۰ درجہ تک بڑھتا تھا پاخانہ دونون وقت صاف ہونے لگا اور کھانے کی خواہش ہونے لگی۔ صرف روٹی۔ ساگ لوکی (کدو سفید) توری اور مولی بلا گھی کے بنی ہوئی اور بلا میٹھے کے تھوڑا سا دودھ دیا گیا۔ چہرہ کی سیاہی کچھ کم ہونے لگی۔ ان سب باتون سے مریض کا اعتقاد اور بھی بڑھایا۔

دس دن کے بعد دوپہر کے ہپ باتھ کے بدلے سٹز باتھ دو تین دن لیا گیا ہوگا کہ ایک دن بخار کچھ زیادہ ہو گیا یعنی ۱۰۳ درجہ۔ مریض سے پیشتر بھی کہہ دیا گیا تھا کہ بخار کا بڑھنا بھی ممکن ہے لہذا بخار بڑھنے سے کچھ شک پیدا نہین ہوا لیکن دوسرے دن جب بخار اترا تو کل دھڑ کو پسینہ لاکر اترا۔ اسی طرح ایک روز اور بھی کچھ دن بعد بخار بڑھا تو کل جسم کو یعنی ہاتھ پیرون کو بھی پسینہ لاکر اترا۔ اسکے بعد بخار زیادہ نہین بڑھا۔ دن بدن گھٹتا ہی گیا اور ایک ماہ کے اندر ہی صبح کو ۹۷ تیسرے پہر کو ½ ۹۷ یا ۹۸ درجہ کی گرمی رہی۔ یعنی بخار جاتا رہا۔ اگلے مہینے مین کبھی کبھی اسٹیم باتھ بھی لے لئے گئے۔ مریض اب (نومبر ۱۹۱۴ء) تندرست ہے لیکن مرض سے آیندہ محفوظ رہنے کے لئے یہ ضروری ہے کہ ایک سال تک کچھ دنون کے لئے اور درمیان مین چھوڑ چھوڑ کر کرتے رہین اور سادی غیر محرک غذا کا ہمیشہ خیال رکھین اور تندرستی کے اُن اصولون پر چلتے رہین جو کہ کتاب نیا علم شفا بخشی مین بتلائے گئے ہین (اسوقت اکتوبر ۱۹۱۶ء مین اپنے عہدہ کا کام کر رہے ہین اور تندرست ہین)

نمبر ۴۔ جلق کے نقصانات۔ جسم کا گھلنے لگنا۔ قبض۔ بھوک کا نہ ہونا۔ پیشاب مین سوزش۔ عام کمزوری

مئی ۱۹۱۱ء مین ایک شریف نوجوان جسکی عمر کوئی ۲۱ سال کی ہوگی میرے پاس آیا۔ اس وقت

اوسکی حالت نہایت افسوسناک تھی - نشوقت دم مشکل سے چل سکتا تھا - جسم بالکل سوکھ کر پنجر ہو گیا تھا - دیکھنے سے ایسا معلوم ہوتا تھا کہ تپ دق کا مریض ہے - تھوک ہر وقت مُنہ سے جاری تھا بھوک بالکل نہ تھی - لیکن ایک دو روٹی بلا بھوک اس غرض سے کھا لیتا تھا کہ بلا کھائے زندگی کیسے رہ سکتی ہے - پاخانہ آٹھ آٹھ دن بھی نہیں ہوتا تھا اور جب کبھی ہوتا تھا تو مقعد کو باہر سے تری پہونچانے سے بمشکل ہوتا تھا - اور بہت تھوڑا جیسا کہ اونٹ کی مینگنی - وہ انٹرنس تک انگریزی پڑھا ہوا تھا - لیکن مریض ہونے کے سبب اُس کو اسکول چھوڑنا پڑا +

در اصل اُس کو پھیپھڑے کی بیماری تو نہ تھی لیکن جسم سے منی تقریبًا سب خارج ہو گئی تھی - حالات دریافت کرنے سے معلوم ہوا کہ اُس کو اس حالت مین پہونچانے والی بات صرف **جلق** ہی تھی -
یہ گناہ اُس سے ایک سال تک سرزد ہوا تھا جبکہ اسکی عمر ۱۵-۱۶ سال کی تھی - جب اس نے اس گناہ کا یہ خوفناک نتیجہ دیکھا تو اس سے باز آیا لیکن جسم کو کامل نقصان پہونچ چکا تھا -
بذریعہ ادویات کئی سال تک اس نے ہر طرح کے علاج کئے تھے لیکن کچھ فائدہ نہیں ہوا - اور اُس کو اس حالت مذکورہ پر پہونچا دیا -

اس نئے علم شفا بخشی مین یقین کامل رکھتے ہوئے اس نے علاج شروع کیا اور وعدہ کیا کہ غذا جو کچھ بھی بتائی جاوے گی وہی کھاؤنگا - اسکی حالت ایسی نازک تھی کہ اگر وہ بتلائی ہوئی غذا پر نہ چلتا تو اوسکا تندرست ہونا میرے خیال مین ناممکن تھا -

صبح اور تیسرے پہر کو اُس کو روزانہ **ہپ باتھ** کوئے کے تازہ پانی مین ۱۰-۱۲ منٹ کے دئیے گئے - اسکے بعد ٹہلنا اور کپڑا اوڑھ کر لیٹ جانا بتلایا گیا - کھانے کے لئے آرد گندم کی لپسی جو کہ بلا گھی اور بلا میٹھے کے صرف پانی مین پکا کر بنائی جاتی تھی اور لوکی (سفید کدو) کی ترکاری صرف نمک اور پانی سے پکی ہوئی دی گئی +

ہدایات مذکورہ بالا پر عمل کرنے سے تین چار ہی دن مین ایک پاخانہ اُس کو دن رات مین از خود آنے لگا - تین چار روز تک ایسی ہی حالت رہی - بعد کو پھر کئی روز تک پاخانہ نہیں آیا - خیال ہوا کہ مریض نے کوئی ثقیل غذا کھا لی ہوگی - تحقیقات کرنے سے معلوم ہوا کہ مریض نے

بتائی ہوئی غذا کے علاوہ کوئی غذا نہین کھائی تھی۔ لیکن بھوک زیادہ لگنے سے اس نے دو تین دن بمقابلہ پیشتر کے دوگنی لپسی کھائی تھی۔ اسکے معدے مین ایسی ہلکی غذا بھی بہت ہی تھوڑی تعداد مین ہضم کرنے کی طاقت تھی۔ زیادہ غذا کو آنتین باہر نکالنے کی طاقت نہین رکھتی تھین۔ پھر دو تین روز لپسی کی مقدار کم کردی گئی۔ لیکن اس سے بھی پاخانہ نہین آیا۔ تب مریض کی غذا تبدیل کی گئی۔ لپسی کی بجاے گیہون کا کچا دلیا خشک تھوڑا کھلایا گیا۔ اسکے ساتھ ایک ٹکڑا ککڑی یا خربوزے کا دیا گیا۔ دو ہی روز ایسا کرنے سے اس کو ایک بار پاخانہ آنے لگا۔ پندرہ دن مین اس کو اس غذا اور ٹب باتھ سے آدھ میل چلنے کی طاقت آگئی۔ پیشاب جو جلن کے ساتھ آتا تھا اسکی جلن بھی کم ہوگئی۔ اس درمیان مین کئی روز تک مریض کے پیڑو پر پنڈول کی پٹی بھی باندھی گئی لیکن روزانہ ایک ہی مرتبہ پاخانہ آیا۔

ایک ماہ علاج کرنے پر پھر مریض کو اپنی حالت سدھرنے کا یقین ہوگیا اور وہ اپنے گھر چلا گیا اور وہان بتایا ہوا علاج کرتا رہا۔

اولاً تین چار روز تک کچا دلیا چبا چبا کر کھانے مین خوش ذائقہ معلوم ہوا لیکن پھر وہ کہنے لگا کہ وہی غذا اس کو بہت اچھی لگتی ہے اور اسکا دل اسی خوراک کو زیادہ مقدار مین کھانے کو چاہتا ہے۔ تین ہفتے مین دونون وقتون مین ملاکر ۱۸ تولہ کی اندازسے دلیا کھانے لگا۔ اس سے کہدیا گیا تھا کہ جب تک روٹی ہضم کرنے کی طاقت اومین نہ آجاوے روٹی نہ کھائی جاوے۔ اور رفتہ رفتہ روٹی کھاوے اور دلیا چھوڑتا جاوے۔

چھ ماہ اور علاج کرنے پر اس نے مجھے لکھا کہ وہ چار روٹی اچھی طرح ہضم کرسکتا ہے اور اپنی کھیتی کا کام کرتا ہے اور ایک روز وہ گیارہ میل چل کر گنگا اشنان کرنے بھی گیا۔

۲ جون ۱۹۱۲ء کو ٹھیک ایک سال بعد وہ مرادآباد مین میرے پاس پھر آیا تو مین اس کو دیکھ کر اور آواز سے بھی نہ پہچان سکا۔ اسکا بدن بھر آیا تھا۔ اور صورت و شکل و آواز بالکل نرالی ہوگئی تھی۔

اسکے بعد اس شخص نے بہت سے مریضون کا علاج اپنے گاؤن مین کامیابی کے ساتھ کیا اور ابتک خوب تندرست ہے۔

معزز ناظرین! اس مریض کے حال کو پڑھ کر حسب ذیل باتوں پر خیال کرو۔

(۱) جلق سے صحت کی کیسی خراب حالت ہو سکتی ہے۔ اسکی برائیوں کی طرف سمجھدار بچوں اور نوجوانوں کو متوجہ کرنے میں شرم نہ کریں۔

(۲) اس بیماری کے علاج میں استقلال سے کام لیں۔

(۳) ہمیشہ ہلکی اور سادہ غذا استعمال کریں۔

(۴) علاج کرنے میں کھانا کم کھاویں۔ اور غیر محرک غذا بھی زیادہ کھانے سے مرض سے نجات پانا مشکل ہے۔

نمبر ۵۔ والدین کی طرف سے بچے کا مریض پیدا ہونا۔ اور اس سبب سے منہ میں چھالے پڑ پڑ کر جلد ہی مرجانا۔ سفلس (آتشک) اور اسکا کئی پشت تک اثر

ایک معزز ماسٹر صاحب کے بچے تین چار دن کے ہوکر مرجایا کرتے تھے۔ بچے منہ اور جسم میں چھالے پڑکر اور اوسکی تکلیف سے رو رو کر ایک دو دن میں مرجاتے تھے۔ اس طرح پر ۹۔۱۰ بچے مر گئے۔ کوئی علاج کارگر نہوا۔ مرد۔ عورت کو کوئی مرض مثل آتشک یا سوزاک کبھی نہوا تھا۔ نہ اونمیں ان امراض کی کوئی علامت تھی۔ غسلوں کے ذریعے علاج کرنے کا خیال ہوا تو پتہ لگانے سے معلوم ہوا کہ اونکے خسر کو کسی وقت بڑی خوفناک آتشک ہوئی تھی۔ ضرور یہ اُسی کا اثر تھا جو اونکی عورت کے بچے پیدا ہو کر اس طرح مرجایا کرتے تھے۔

اس عورت کا علاج ایک سال کرنے کے بعد جو بچہ پیدا ہوا۔ اُس کو پہلے بچوں سے کم تکلیف ہوئی۔ لیکن وہ بھی ۷۔ ۸۔ روز میں ہی موت کا شکار ہوا۔ علاج کا اثر ضرور معلوم ہوا۔ ماں کا جو علاج کیا گیا تھا اس سے بچے کو کم تکلیف ہوئی۔ ایک سال اس عورت کا اور علاج کیا گیا اور خیال ہوا کہ اب جو بچہ پیدا ہو اوسکا علاج پیدا ہوتے ہی بذریعہ غسل کیا جاوے تو بچہ کا زندہ رہنا ممکن ہے۔

اب جو بچہ پیدا ہوا وہ لڑکا ہوا۔ اوسی روز سے بچے کو ایک دو ہپ باتھ ۲۔۳ منٹ کے

۸۴ - ۸۶ درجہ فہرن ہائٹ کی حرارت کے پانی مین رہنے گئے۔ اسکے بعد ان کو آدھ مین گرمی لانے کے لئے دیدیا گیا۔ تین چار دن بعد بچے کے منہ مین اور کل جسم پر چھالے پڑگئے۔ اور تکلیف بھی دی لیکن پہلے سے کم۔ مگر کچھ دن متواتر ہپ باتھ دیئے جاتے رہے اور وہ بچہ اچھا ہوگیا۔ ایک سال تک اس بچہ کو ایک ہپ باتھ قریب قریب روزانہ دیا گیا۔ یہ بچہ اب دس برس کا ہے اور اچھا تندرست اور بڑا ذہین ہے۔

اس سے ثابت ہوتا ہے کہ (۱) والدین کے امراض کا انکی اولاد پر کیا اثر پڑتا ہے۔

(۲) اگر اپنی نسل کو امراض سے بچانا منظور ہو تو آتشک وغیرہ مرضون سے بچنے کی کیسی ضرورت ہے۔

(۳) والدین سے آئے ہوئے امراض بچپن مین جلد اچھے ہو جاتے ہین۔

نمبر ۶ - سانس کا مرض یعنی دمہ

ایک شخص کو کئی برس سے سانس کا مرض تھا۔ ہر ماہ مین دس بارہ دن کا دورہ ہوتا تھا۔ اس وقت وہ بستر سے بھی نہین اوٹھ سکتا تھا۔ اسکے بھائی نے اسکی حالت مجھ سے بیان کی اور کہا کہ ڈاکٹری اور یونانی علاج کرنے سے بھی اسکو آرام نہو سکا ہے۔ یہ بات موسم سرما کی ہے۔ مین نے کہا کہ اس موسم مین مریض کو ٹھنڈے پانی مین بیٹھنے سے اعتراض ہوگا اور خصوصاً دمہ کے دورے کے وقت مین۔ اس لئے مناسب ہوگا کہ مریض کا علاج دورون کے درمیان کے زمانہ مین کیا جاوے۔ جس سے دوسرے دورے کے وقت تک ۱۷-۱۸ دن اسکے علاج کرنے کو مل جاوینگے۔ اس سے اگر اگلا دورہ بند نہ ہوا تو پہلے دورے سے کم تکلیف دہ ضرور ہوگا۔

یہ وہ وقت تھا کہ جب مین پانی کے علاج کے عمل کا تجربہ کر رہا تھا۔ اکثر اشخاص اور بعض ڈاکٹر لوگ جن کو یہ خیال تھا کہ اس علاج سے انکو نقصان ہوگا یہ کہا کرتے تھے کہ اس مین صرف اسٹیم باتھ ہی ایک علاج کا ایسا جزو ہے جس سے مادہ فاسد ظاہرا نکلتا دکھائی دیتا ہے اور یہی مفید ہے اور ٹھنڈے اشنان (ہپ اور سٹز باتھ) نقصان دہ ہین جو گٹھیا وغیرہ پیدا کردینگے۔ اس سبب سے ان ٹھنڈے غسلون کے اثرات کو تجربہ کرنے کے لئے کسی کسی مریض کو مینے کچھ دن صرف

ٹھنڈے ہی غسل کرے۔ اس مطلب سے اس مریض کو بھی مینے بتلایا کہ اس کو صرف سٹز باتھ ہی لینا چاہئیے۔ دن مین دو بار یہ غسل ۲۰-۲۵ منٹ کے لیکر چہل قدمی کیجاوے یا گرم کپڑے اوڑھکر لیٹا جاوے جس سے پھر گرمی آجاوے اور جہانتک ہوسکے صاف ہوا مین وقت خرچ کیا جاوے جس سے پھیپھڑون مین صاف اور پاک ہوا جاوے۔ گیہون کے موٹے اور بنا چھنے آٹے کی روٹی اور سبز ترکاریان جو سادہ طریقے سے بلا مصالحہ کے پکائی ہوئی ہون۔ اور پھل کھانے کو بتائے گئے۔ اس طرح علاج کرنے پر پھر اُس کو سانس کا دورہ ہی نہین ہوا۔ ویسے اسی طرح چار ماہ تک علاج کیا اور موسم گرما مین ہپ باتھ اور اسٹیم باتھ بھی قریب پندرہ سال کے ہوگئے اس کو سانس کا دورہ ابتک کوئی نہین ہوا+

نمبر ۷ بچپن سے نیومونیا کی عادت

ایک معزز شخص کو بچپن سے نیومونیا ہوجایا کرتا تھا۔ جوانی مین بھی انکو اسکی عادت پڑگئی تھی ٹھنڈ لگنے سے انکے دونون یا ایک پھیپھڑے پر نمونیا کا اثر ہوجاتا تھا۔ اسکے علاوہ اُن کو درد گردہ بھی کئی سال سے ہونے لگا تھا جس کے دورے مین سخت تکلیف ہوتی تھی+

پیچش بھی پہلے انکو ہوچکی تھی جس کو بذریعہ ادویات دور کرنے پر گردے کا درد پیدا ہوگیا تھا۔ پانی کے علاج مین انھون نے سلسلہ وار ہپ باتھ ۱۵-۳۰ منٹ کا اور سٹز باتھ ۳۰ منٹ کا لیا۔ اور کئی ہفتہ تک تمام جسم کا ایک اسٹیم باتھ ۲۵-۳۰ منٹ کا ہفتہ وار لیا۔ کھانے مین روٹی اور ترکاری (زمین سے کھودکر نکالی جانے والی ترکاریان نہین دی گئین) اور گیہون کا دلیا اور دودھ دیا گیا۔ علاج شروع کرنے پر قریب دو تین ہفتے گذرنے کے بعد پیچش کی بیماری ابھری لیکن تکلیف دہ نہ ہوئی۔ علاج برابر جاری رکھا گیا تو ایک ہفتہ مین وہ پیچش دور ہوگئی۔ اس ہفتے مین کئی بار پاخانہ مین بہت سی گاڑھے مادہ کی نکلین جنمین آنون بھی شامل تھی۔ جیون جیون گرہ نکلتی گئین۔ مریض کی طبیعت ہلکی اور خوش معلوم ہوتی گئی (یہ پرانا مادہ تھا جسکے سبب پہلے پیچش ہوئی تھی جو کہ بذریعہ ادویات دبادی گئی تھی۔ لیکن پرانے سوکھے فضلے کے ٹکڑے آنتون مین رہ گئے تھے

جو اب علاج کرنے سے پھوڑے اور نکلے) ہیجش حب پانی کا علاج کرتے کرتے اچھی ہوئی اور کچھ دن علاج اور کیا گیا تو کئی مرتبہ تھوڑی علامات نیومونیا کی ظاہر ہوئین جو علاج جاری رکھنے پر از خود دور ہوگئین۔ ان سب چھپے ہوئے چورون کو باہر نکالنے مین تین ماہ لگ گئے مریض نے کوئی دوا علاوہ اور کیا جسکے بعد اسکو متذکرۂ بالا امراض مین سے کوئی مرض نہین ہوا جس کو اب بارہ سال ہوئے

نمبر ۴۔ پیڑو کا پھٹنا۔ مثانہ۔ ہاتھ پاؤن اور آنکھونکی جلن جمال گوٹہ کا جلّاب اور سلائی ڈلنے کا فساد

ایک مریض نے ایک مرتبہ کچھ دنون تک مواد کو تر کرنے والی دوائیان استعمال کرکے جلّاب کی دوا کھائی۔ جس سے اُس کو بہت ہی دست آئے اور کئی روز تک آتے رہے۔ اسی اثنا مین اوسکا پیشاب بند ہو گیا جو کہ ڈاکٹر سے بذریعہ سلائی نکلوایا گیا۔ اور کئی روز مین دست بند ہوئے +

کچھ عرصہ بعد یہ پتہ لگا کہ وہ جمال گوٹہ کی گولیان تھین جن سے اسقدر دست آئے تھے۔ دست بند ہونیکے بعد مثانہ مین سخت سوزش رہنے لگی۔ بھوک بند ہوگئی۔ دو تین منٹ ہی بیٹھنا مشکل ہو گیا۔ بیٹھنے سے کمر اور پیٹ چارون طرف سے پھٹتے ہوئے معلوم ہوتے تھے۔ لیٹے رہنے سے ہی آرام ملتا تھا۔ چلنے پھرنے مین تکلیف ہوتی تھی۔ ہاتھ پیرون اور آنکھون مین جلن رہتی تھی اور بواسیر بھی ہوگئی۔ مریض بہت کمزور ہوگیا تھا اس نے چھ ماہ تک حکما اور ڈاکٹرون کی ادویات استعمال کین لیکن مرض کم نہوا۔ مریض اور بھی کمزور ہوگیا اور اسکو یہ یقین ہوگیا کہ اب کسی علاج سے اُس کو آرام نہو گا +

مذکورہ حالت مین مریض سے کہا گیا کہ اگر وہ پرماتما پر بھروسہ رکھتا ہوا اس نئے علم شفا بخشی کی پناہ لیوے اور بلا اس امر کے خیال کئے ہوئے کہ نتیجہ کیا ہوگا اس علاج کو تین ماہ تک تھوڑا تھوڑا کرے تو اُس کو فائدہ اوٹھانے کی امید کرنا چاہیئے۔ چونکہ اُس کو دیگر علاجون سے نفع نہین پہنچا تھا اور اوسکی طرف سے ناامید ہوگیا تھا اُس نے اس نئے علم شفا بخشی کے ذریعے علاج کرنا منظور کرلیا۔

اول اسکو دو تین منٹ کے ہپ باتھ بتائے گئے لیکن اونکے لینے سے اُسے تکلیف ہوتی تھی۔ اس لئے ہپ باتھ بند کرکے اُس کو ۲۔۳۔۴ منٹ کے سٹز باتھ کرائے گئے۔ چونکہ وہ ایک وقت مین

دو تین منٹ سے زیادہ نہین بیٹھ سکتا تھا اُس کو دو دو تین تین منٹ کے سٹز باتھ ہر روز کئی بار
لینے بتائے - اُس نے ایسا ہی کیا - ایک ماہ تک کچھ نفع یا نقصان معلوم نہوا - جس کے بعد معلوم
ہونے لگا کہ مرض رُکا ہوا ہے بڑھتا نہین - دوسرے ماہ مین بھی مرض بدستور رہا - لیکن اب مریض
ایک وقت مین ۶ - ۷ منٹ بلا تکلیف کے بیٹھ سکتا تھا - اس لئے سٹز باتھ بھی ۷ منٹ کے لینے لگا
اور کچھ کچھ ٹہلنے لگا - تین مہینے کے بعد وہ تین فرلانگ ٹہلنے لگا اور کچھ روٹی بھی کھانے لگا - اس سے
پیشتر صرف دلیا اور سبز ترکاری کھاتا تھا - یا کبھی کبھی کوئی پھل بھی - اس کو بڑی تکلیف دینے والی بات
یعنی پیڑو کا پھٹنا اور مثانہ کی سوزش ہر ماہ کم ہونے لگی اور اُس کو اپنے تندرست ہونے کا یقین ہو گیا +

چھ ماہ کے اندر ہی اسکا پیڑو کا پھٹنا جس سے اس کو بڑی تکلیف تھی اور بیٹھا نہین جاتا تھا دُور ہو گیا -
اور تمام باتون مین بھی اس کو فائدہ معلوم ہونے لگا + مثانہ کی سوزش ایک سال مین جاتی رہی - مثانہ
اور فوطون کے نیچے سیون پر کئی ہفتے تک پنڈول کی ٹکیہ رات کو اونی کپڑے سے ڈھک کر باندھنے
سے اس کو نفع ہوا - قریب دو سال مین آنکھون اور ہاتھ - پاؤن کی جلن جاتی رہی +

مریض کو اول ۶ - ۷ ماہ برابر سٹز باتھ ہی دئے گئے تھے - اسکے بعد کبھی کبھی ہپ باتھ
بھی تھوڑی تھوڑی دیر کا - ۸۴ - ۸۶ درجہ فہرن ہائیٹ کے پانی مین دیا گیا -

دو سال بعد یہ معلوم ہونے لگا کہ نیا اور صاف خون جسم مین پیدا ہونے لگا ہے - وہ مریض اب اچھا ہے
بواسیر کی شکایت اب بھی کبھی کبھی ہو جاتی ہے - یہ مرض اُس کو اول اول دست کی دوا کھانے سے
دست آنے پر ظاہر ہوا تھا +

آنکھون کی جلن دُور ہونے سے پیشتر مریض کو علاج کرنے سے کئی مرتبہ کئی کئی دن تک تھوڑا تھوڑا
بخار بھی آیا جو اپنے آپ ہی علاج کرتے رہنے سے جاتا رہا - ہر بار بخار سے نجات پانے پر مریض کو
اپنی حالت مین بہتری ہوتی ہوئی معلوم ہوتی تھی - سن باتھ بھی کئی دئے گئے جنھون نے بخار کو
اندر سے نکال کر باہر لانے مین بڑی مدد دی +

نمبر ۹ - اونگلی کا زخم

ایک معزز شخص کے داہنے ہاتھ کی انگشت شہادت کے پورو نے مین کسی کیڑے کے کاٹنے سے

یاکسی اور سبب سے ایک آبلہ پڑ گیا۔ ڈاکٹر نے اُس آبلہ کو کاٹ کر دوا لگادی مگر زخم بڑھتا گیا جیسے جیسے اسکا علاج کیا گیا۔ ۲ ماہ ڈاکٹری علاج سے جو ڈپٹی اسسٹنٹ سرجن نے کیا انگلی اچھی نہوئی۔ تمام انگلی ایسی ہو گئی جیسے پکنے سے پھول جاتی ہے۔ اور اوسمین بدبودار پیپ نکلتی تھی۔ ایسی حالت مین اُس شخص نے اپنے ایک دوست کے مشورہ سے میرا علاج لیکر پانی کا علاج شروع کیا۔ ٹھنڈے پانی کی گدیان جو تین چار گھنٹے مین بدل دی جایا کرتی تھین اور شہر دست کے دونون وقت مقامی اسٹیم باتھ سے۔ جو انگلی کو کئی دن تک روز دیا گیا انگلی کی بگڑی ہوئی حالت جلد درست ہونے لگی اور پانچ چھ ہفتے مین بالکل اچھی ہو گئی +

کبھی کبھی ہپ اور سٹز باتھ بھی دیے گئے تھے +

نمبر ۱۰۔ اونچے درجہ کا بخار قبض۔ ڈکارین بہت آنا۔ پانی اور ادویات کا ہضم نہونا۔ نیند کا نہ آنا۔ اور سخت بے چینی

ایک مرتبہ ایک میرے دوست کو جو کہ ایک دفتر مین ہیڈ کلرک ہین بخار آیا۔ کئی دن تک بخار زیادہ رہا۔ بے چینی بھی زیادہ تھی اور قبض بھی تھا۔ نیند نہین آسکتی تھی۔ ڈکارین بہت آتی تھین (فی منٹ ۱۰ یا ۱۲) دوا اور پانی پینے پر فوراً قے کے ذریعے نکل جاتا تھا۔ ڈاکٹرون نے بسمتھ اور دیگر دوائیان دی تھین لیکن ۶۔ ۷ دن سے یہی حالت تھی۔ مریض کو چند منٹ ایک جگہ چین نہین ملتا تھا۔ کبھی چارپائی پر۔ کبھی فرش پر۔ علاج ایک مشہور ہندوستانی سول سرجن کا ہو رہا تھا۔ جب مریض کا مرض اچھا ہوتے نہ دیکھا تو انکے دوست آشناؤن نے انکے والد کو جو کہ پنشنر ڈاکٹر تھے تار بھیجکر بلوایا۔

مریض سے اس پانی کے علاج کو کہا گیا لیکن اس کو یقین نہ تھا کہ بلا ادویات کے مرض سے نجات پانا ممکن ہے۔ اوسکے والد بزرگ نے ایک روز علاج کیا۔ مگر دوا ہضم نہ ہوئی تو یہی کہا کہ جب دوا اندر ٹھیرتی ہی نہین تو اسکا اثر کیا ہو سکتا ہے +

دو گھنٹہ ہوئے جل مین بیٹھنے سے ڈرتے تھے کہ کہین مریض کو نمونیا (پھیپھڑون مین سوجن اور جلن
پڑ جانے کا مرض ہے جسمین موت جلد واقع ہوسکتی ہے) ہو جائے۔
جب اونکو سمجھایا گیا تو کچھ سمجھ مین آیا اور جب اونکو یہ یاد آیا کہ ایک ڈاکٹر سول سرجن کی لڑکی کا
علاج دونون پھیپھڑون مین نمونیا ہو جانے کی حالت مین ڈاکٹرون نے لاہور مین اس کو برف سے
ڈھانک کر کیا تھا۔ تو اونکو یقین ہوا کہ پانی مین صرف ناف تک بیٹھنے سے (جیسا کہ ہپ باتھ مین
کیا جاتا ہے) کوئی خوف نہین ہے۔ یہ الگ سے زبانی وعدہ کرا لیا گیا تھا کہ اگر کوئی نقصان
معلوم ہووے تو کم سے کم تین دن علاج ضرور کرنا ہوگا۔ اگر مرض بڑھتا ہوا معلوم ہووے علاج
ترک کر دینے کا اونکو اختیار ہے۔ ایشور کا نام لیکر علاج شروع کیا گیا۔ ۸ بجے صبح کنوئین کے
تازہ پانی مین ایک ہپ باتھ آدھے گھنٹے کا دیا گیا۔ ۵ منٹ اشنان کرنے پر مریض کو تسکین
معلوم ہونے لگی اور کہنے لگا یہ کیسا سکھ ہے۔ بہشت مین بھی ایسا ہی آرام ہوگا۔ اور افسوس کرنے
لگا کہ کیون اوسنے اس علاج کو کئی دن پیشتر جب اس سے کہا گیا تھا شروع نہ کیا۔
ہپ باتھ لیتے ہی لیتے دکھاین کم ہو گئین اور نیند آتی ہوئی معلوم ہونے لگی۔ بخار بھی کچھ کم ہو گیا
مریض کو کپڑے پہنا کر اور اوڑھا کر لٹا دیا گیا۔ اس کو فوراً نیند آگئی۔ اسکے والد صاحب سے کہہ دیا گیا
کہ جب تک سووے اسے سونے دیوین کیونکہ جب بخار بڑھے گا تو وہ جاگے گا۔
دو گھنٹے مین اسے (اگر وہ جاگے) تو ایک ہپ باتھ آدھے گھنٹے کا دینا بتایا گیا۔ ورنہ اوسے
سونے دیا جاوے۔ اور جاگنے پر پھر ایک ہپ باتھ دیا جاوے۔
کوئی دو گھنٹے مین جب بخار زیادہ ہوا تو وہ جاگا۔ لیکن بے چینی کی حالت کم تھی۔ پانی تھوڑا سا پیا

وہ پچ گیا۔ پیشاب بھی ہوا۔
ایک ہپ باتھ پھر دیا گیا تو اوسکے بعد وہ کوئی چار گھنٹے سویا۔ جاگنے پر ایک ہپ باتھ
پھر دیا گیا اور پھر اس کو نیند آگئی۔ رات مین کوئی اشنان نہین کرایا گیا۔ بخار کم ہونے لگا تھا۔ صبح
اوسکا بخار ۱۰۰ درجہ پر آگیا تھا۔ دکھاین بہت کم ہوگئی تھین۔ پانی ہضم ہونے لگا تھا۔ لیکن بھوک
نہین تھی۔ مریض کے والد صاحب کو کچھ تو ڈاکٹر ہونے کے سبب اور کچھ محبت کے سبب یہ خیال ہوا

کہ اُس کو دُودھ دینا چاہیئے نہیں تو وہ بہت کمزور ہوجاوے گا۔ اگرچہ یہ اُن سے کہدیا گیا تھا کہ جب تک بھوک نہ لگے تو سوائے پانی کے اور کوئی چیز نہ دی جائے +

مریض کو بھوک نہ ہونے پر اور اُسکے انکار کرنے پر بھی اُنھون نے اُسے کچھ دُودھ دیدیا جو اونکے حکم کی وجہ سے اُس کو پینا پڑا۔

دُودھ ہضم نہین ہوا۔ تھوڑی دیر مین قے ہوگئی۔ شام کو یہ حال معلوم ہوا تو پھر کہدیا گیا کہ بلا مریض کی خواہش کے مریض کو دُودھ نہ دیا جائے۔

تیسرے دن کچھ پاخانہ آیا اور گانٹھین نکلین تو بھوک بھی لگی اور بخار بھی کم ہوا۔ چوتھے دن بخار قطعی جاتا رہا۔

۳ ہپ باتھ بخار رہنے پر روز دیے گئے۔ دوسرے دن کرسی پر بیٹھکر کا اسٹیم باتھ ½ گھنٹے کا دیا گیا تھا اور اُسکے بعد فوراً ہی ½ گھنٹے کا ہپ باتھ + بخار اُترنے کے بعد پانچ چھ دن تک ایک ہپ باتھ اور ایک سٹز باتھ روزانہ دیا گیا۔ اور پھر کئی دن تک صرف ایک ہی غسل کرایا گیا۔ اور جب مریض کی قوت ہاضمہ درست ہوگئی اور خوب ۳-۴ میل چلنے لگا تو علاج چھوڑ دیا +

مریض کو تھوڑی اور ہلکی غذا بھوک لگنے پر دینی چاہیئے۔ بلا بھوک کے دینا یا زیادہ اور ثقیل کھانا کھلانا نقصان پہونچاتا ہے اور مرض دُور ہونے مین بہت وقت لگ جاتا ہے۔ اور کبھی کبھی کا مرض غذا سے نامناسب ہونے سے نہین بھی جاتا +

نمبر ۱۱- مرض سل کی طرف رجحان- والدین کا مرض سل مین مُبتلا ہونا بخار اور کھانسی

ایک بابو صاحب کے خاندان مین مرض تپ دق سے انکے والد اور کئی بھائی فوت ہوچکے تھے۔ بابو صاحب بھی پیدائش سے ہی پھیپھڑون کے کمزور تھے۔ سائنس آف فیشیل ایکسپریشن کے ماہرین کو انھین دیکھ کر یہ خیال ہوتا تھا کہ انکو بھی یہ ہی مرض ہوجاوے گا اگر مرض رُکنے والا نہ ہوا اور معقول علاج نہ کیا گیا +

ایک دفعہ انکو بخار کی حالت مین ریل کا سفر مجبوراً کرنا پڑا۔ رستہ مین بارش اور ہواؤن کے سبب

سردی زیادہ ہوگئی۔ اور انکے پاس کافی کپڑے نہ تھے۔ بخار خوب بڑھ گیا۔ اور کھانسی بھی ہوگئی۔ بخار اور کھانسی کے سبب نیند جاتی رہی۔ رات بھر بیٹھے ہی گزری تھی۔ کیونکہ پھیپھڑدن مین کچھ جسلن اور بخار کی وجہ سے ذرا سا لیٹنے مین کمبخت کھانسی اوٹھنے لگی تھی + دو تین روز ڈاکٹری دوا کھائی نفع کچھ نہوا۔ بہت تکلیف دیکھ کر اونسے کہا گیا کہ اگر آپ ہپ باتھ یا سٹز باتھ لیوین اور دوا اپنی بند کردین تو امید ہے کہ تکلیف جلد دور ہو جائے۔ اگرچہ پورا آرام ہونے مین کئی دن لگین گے۔

یہ دیکھکر کہ دوا سے بخار اور کھانسی مین کوئی تکلیف نہین ہوتی۔ اُنھون نے سٹز باتھ لینا منظور کیا ہپ باتھ کی حالت مین ٹھنڈے پانی مین بیٹھنے سے اُنکو خوف ہوا۔

پانچ بجے شام کو اونکو ۵ منٹ کا ایک سٹز باتھ دیا گیا۔ اسکے بعد کپڑا اوڑھا کر لٹا دیا گیا کیونکہ موسم گرمی کا تھا۔ تھوڑا ہی کپڑا اوڑھا گیا۔ لیٹنے مین کھانسی نہ اوٹھی اور نیند جو تین دن سے نہین آئی تھی آگئی +

تین گھنٹے مین بخار پھر بڑھا تو آنکھ کھلی اور کچھ کھانسی اوٹھی۔ ایک سٹز باتھ ۵ منٹ کا اور دیا گیا۔ جس سے کھانسی بند ہوگئی اور مریض کو ۵۔ ۴ گھنٹہ کی نیند آئی۔ رات مین ایک سٹز باتھ اور دیا گیا۔ پھر بخار کم ہی ہوتا گیا۔ اور دو دن مین یعنی ۴۸ گھنٹے مین بخار اور کھانسی بالکل جاتی رہی +

اس مریض نے میری صلاح کے مطابق سال بھر سے زیادہ (درمیان مین کچھ دن بند کر کرکے) ہپ باتھ وغیرہ لئے۔ اب ۱۲۔ ۱۳ سال ہوتے پھیپھڑے کے اس مرض نے جسکی نذر اسکا باپ اور بھائی ہو چکے تھے یعنی مرض سل نے اس پر اپنا کچھ اثر نہین دکھایا۔ اسکو ایک مرتبہ پیچش بھی ہوئی تھی جو اس پانی کے علاج سے جاتی رہی تھی۔

نمبر ۱۲۔ بخار کا کھانا کھانے کے بعد مین تیسرے پہر بڑھنا اور فوطون کا ورم

ایک معزز شخص جو مذکورہ بالا امراض مین مبتلا تھے میرے پاس کئی سال ہوئے کہ تشریف لائے

کسی کسی ڈاکٹر صاحب نے ان سے کہا تھا کہ بخار کے بڑھنے کا سبب اونکے ورم آئے ہوئے ایک طرف کے فوطے مین ہے اور اُنھون نے بتلایا کہ بھوم کل (دق کا مادہ) فوطے مین ہے جس سے بخار بڑھتا ہے - اونکا یہ حال سننے سے میرے خیال مین آیا کہ اونکو پیشتر ایک وقت مین پیچش ہوئی تھی جو ادویات کے ذریعے سے دبادی گئی تھی - اور اسکی وجہ سے اونکی یہ حالت ہوئی - مینے اُن سے کہدیا کہ میری رائے مین پانی کا علاج کرنے سے کچھ دنون مین جب فضلہ کی سوکھی گانٹھین اونکے پاخانہ مین نکلین گی اور ممکن ہے کہ پیچش بھی ہو جائے تب آرام ہوگا - اسپر وہ ہنسے اور کہا کہ میرا پیٹ تو کمرے لگا ہوا ہے اسمین ایسا فضلہ کہان ہے - مینے کہا وہ فضلہ سوکھ گیا ہے - ان غسلون سے جب وہ پھولنے لگا تب آنتون مین سے جہان وہ چپک رہا ہے نکل سکے گا اسمین کئی ہفتے لگنے ضروری ہین +

ایک ہفتہ تک دونون وقت ہپ باتھ ۱۰ - ۲۰ منٹ کا کنکنے تازہ پانی مین کرایا گیا اور اسکے بعد ٹہلنا - غذا مین روٹی اور ترکاری سادہ طریقے سے بنی ہوئی بتلائی گئی - کچھ دنون بعد مریض کے حسب خواہش اوسے دال چاول بھی بتادیا گیا - اُس کو دال چاول اور دودھ چاول بہت اچھے لگتے تھے - دودھ بھی صبح کھلنے کے وقت پیتا تھا - بعد ایک ہفتہ کے صبح کے ہپ باتھ کے بجائے **ایک سٹز باتھ** ۲۵ - ۳۰ منٹ کا ٹھنڈے پانی مین دیا گیا - اور شام کو **ہپ باتھ** پیشتر کی طرح بتلایا - اور دونون وقت تازہ ہوا مین بعد غسل ٹہلنا بتلایا گیا - جیسا اوسنے عمل کیا + ہفتہ وار اسٹیم باتھ کئی ہفتے تک دیا گیا - پاخانہ پہلے سے کچھ ٹھیک ہونے لگا - لیکن جیسا چاہئے ویسا نہین ہوا - کئی ہفتے علاج کرنے پر اور پھر کئی ہفتے تک پیڑو پر ۱۲ گھنٹہ تک پنڈول کی پٹی باندھنے پر اوسکے پاخانے مین بہت سخت گرہ نکلین جس سے اوسکی حالت پیشتر سے اچھی معلوم ہونے لگی - کبھی کبھی ایک دو پاخانہ اُس کو بیوقت بھی ہونے لگا جسکے ذریعہ سے بھی پرانا مادہ خارج ہوا - بخار چڑھنا کئی ہفتے تک نہ رکا - لیکن پھر کم ہوتے ہوتے بالکل جاتا رہا + کچھ ماہ تک تو مریض کا وزن بخار دور ہونے پر بھی گھٹتا گیا - جس سے اُس کو ایک طرح کی فکر بھی ہوگئی اگرچہ اسمین پھرتی - ہلکاپن - اور جسمانی طاقت زیادہ معلوم ہوتی تھی - دیکھنے سے بھی اسکے دوست و احباب اسکے چہرہ پر رونق پاتے تھے +

اس مریض نے میرے بتلانے سے علاج کچھ دنون کو کبھی کبھی بند بھی کر دیا - ایسا کرنے سے
کسی کسی حالت مین علاج کا اثر زیادہ اچھا معلوم ہوتا ہے اور مریض کو کمزوری کم ہوتی ہے - اگرچہ
مرض دُور کرنے مین وقت زیادہ لگتا ہے -
کئی ماہ قریب قریب ایک سال اس طرح علاج کرنے سے اسکے تمام مرض جلتے رہے اور اسکا
وزن جو کم ہوگیا تھا پورا ہوگیا + اس وقت اس شخص نے اس علاج کو کامیابی کے ساتھ اکثر مہلک
امراض مین جیسے "ٹایفنس" وغیرہ مرضون مین تجربہ کیا - اور بہت لوگون کا علاج کر کے یا اونکو اس
طرف راغب کر کے نفع پہونچایا ہے +

نمبر ۱۳ - پُرانی ذیابطیس یعنی ڈایابیٹز - نیند کا کم آنا - زیادہ بھوک پیاس لگنا - پیشاب کا باربار آنا - ڈکار کا بند ہوجانا - سخت قبض کھلڑی کے نیچے سے پیپ کا آنا - اور کھلڑی جنم سے ایسی ہونا جو پیچھے کو نہ کھلتی ہو - پُرانے داد پیٹ اور رانون مین

مذکورہ بالا امراض اور حالتون مین ایک برہمن مبتلا تھا جو کہ ۱۸۹۰ء مین میرا بلایا ہوا میرے پاس آیا جس کو
سینے اپنے اور اُسکے جاننے والون سے یہ سُنکر کہ وہ لا علاج ہے اور بڑے بڑے حکیم اور ڈاکٹرون نے اوسے
جواب دیدیا ہے - اس علاج کی اوسپر آزمایش کرنے کو بلایا تھا - اسکی عمر قریب ۳۵ - ۳۶ برس کے ہوگی -
قد کا لمبا اور درمیانی جسم کا وہ شخص اُس وقت تھا اور طاقت اتنی تھی کہ دو تین میل تک چل پھر سکتا تھا -
بھوک بہت آتا تھا - پاخانے کی یہ حالت تھی کہ چار چار پانچ پانچ دن مین ایک بار اور وہ بھی اونٹ کی مینگنی
کی طرح تکلیف سے ہوتا تھا اور وہ یہ کہتا تھا کہ نیند چھ مہینے سے قطعی نہین آئی ہے + ہر وقت رنج مین
رہنے والا - اور زندگی سے ہاتھ دہوئے ہوئے تھا - ایسی حالت مایوسی مین جب وہ میرے پاس میرے بلانے
سے علاج کرنے آیا (کیونکہ اس کو بلا اوسکی خواہش کے علاج کرنے کو بلایا گیا تھا) اور سینے اس کو اپنے اوپر
خداوند کریم کی عنایت سمجھی اور یہ یقین رکھتے ہوئے کہ پرماتما اوسکی مدد کرنا چاہتا ہے - علاج شروع کر دیا +

پیشاب کا گاڑھا پن یعنی اسپیسی فک گریوٹی ۱۰۴۴ کی تھی اور جانچ کرنے سے ظاہر ہوا کہ شکر بھی
اسمین بہت ہے۔ چیونٹیاں اور مکھیاں بھی اسکے پیشاب پر جمع ہو جایا کرتی تھین۔ کھانا زیادہ کھایا کرتا
تھا۔ اور ایک دو گھنٹے بعد جب پیاس کی خواہش ہوتی تو ایک لوٹا پانی پی لیتا۔ اور تھوڑی ہی دیر مین
کئی بار پیشاب آکر یہ ظاہر ہونے لگتا کہ اوسکے پیٹ مین کوئی غذا باقی نہین +

روزانہ صبح اور دو گھنٹے قبل غروب آفتاب شروع کے دنون مین اوسے دو ہپ باتھ ۲۰ منٹ کے
تازہ کنوئین کے پانی مین دئے گئے۔ اور اس کو اس غسل کے بعد جنگل مین ٹہلنے سے گرمائی لانی بتائی گئی۔
ایک ہفتے کے اندر ہی اس کو ایک دو پاخانہ بہت خلاصہ اور بہت بو دور ہوئے۔ اول ہفتہ کے اندر
پیشاب ۱۰۳۰ پر آگیا۔ دوسرے ہفتہ مین پیشاب ۱۰۲۹ پر ہوگیا اور شکر بھی اسمین کم ہوگئی اور دست
ایک دو روزانہ خلاصہ ہونے لگے۔ پھر ایک وقت اسے سٹز باتھ $\frac{1}{2}$ گھنٹے کا بجائے ہپ باتھ
کے دیا جانے لگا۔ پیشاب کے درجے مین پھر کمی ہوتی بند ہوگئی۔

قریب ایک ماہ علاج کرنے پر جسمین اسے دو اسٹیم باتھ بھی دئے گئے اس کو دستون کا
کرائسس ہوا۔ کئی روز تک آٹھ دس دست بڑی مقدار مین اور بہت ہی بدبودار رنگ برنگ کے
اس کو آتے۔ مین اس وقت کسی وجہ سے کئی دن کے لئے باہر گیا ہوا تھا۔ کئی دن برابر دستون کے
آنے سے وہ شخص گھبراکر اپنے گھر چلا گیا اور وہان اس نے ایک حکیم کی دوا دست بند کرنے کی کھائی۔
دست آنے سے اوسکی طبیعت ہلکی معلوم ہونے لگی تھی۔ لیکن اونکے بند کرنے سے وہ بات جاتی رہی اور اس کو
بخار آگیا۔ جسکو ادویات سے اوسنے روکا +

کچھ دنون بعد وہ پھر میرے پاس آیا اور تمام اوپر گزرا ہوا حال مجھے سنایا۔ غرض علاج پھر شروع کیا گیا۔
اور اسکا مرض کم ہوتا گیا۔ علاج یہ تھا کہ روزانہ صبح کے وقت $\frac{1}{2}$ گھنٹے کا سٹز باتھ باسی ٹھنڈے پانی مین
اور دو گھنٹے دن سے ایک ہپ باتھ $\frac{1}{2}$ گھنٹے کا کنوئین کے تازہ پانی مین دیا جاتا تھا۔ ہر ایک ہفتے
مین ایک اسٹیم باتھ تمام بدن کا $\frac{1}{2}$ گھنٹے کا دیکر فوراً ہی ہپ باتھ $\frac{1}{2}$ گھنٹے کا دیا جاتا تھا +
واضح رہے کہ اس مریض کو کئی اسٹیم باتھ لینے مین پسینہ آیا ہی نہین تھا جس سے معلوم ہوتا تھا کہ
بدن کے مسامات اندر کی طرف سے مادہ فاسد (فارن میٹر) سے بھر کر بند ہوگئے تھے

ایک ماہ تک اس نے میرے پاس رہ کر علاج کیا اور اُسکی حالت درست ہوتی گئی۔ پیشاب بھی اسکا ۱۰۲۴ تک آگیا اور پیاس و بھوک بھی کم ہوگئی۔ لیکن نیند اُسکو تقریبًا چار ماہ علاج کرنے پر آئی۔ ایک ماہ علاج کرکے وہ پھر اپنے گھر چلا گیا۔ اور وہان ہی علاج کو کرتا رہا۔ وہان کچھ دنون علاج کرنے پر اُس کو پھر بخار آگیا۔ گھبرا کر اسکے گھر والون نے پھر پانی کا علاج بند کردیا۔ اور حکیم جی کی دوا کھلائی۔ جس سے بخار کم ہوگیا۔ گھر چھوڑ کر وہ پھر میرے پاس آیا اور یہ حال کہا۔ پھر یہ معلوم ہوا کہ گھر جاکر وہ یہ اشنان گھنٹون کیا کرتا تھا۔ جس سے بخار کی کرائی سمیں ایکبارگی ہو جاتی تھی اور اسکے گھر والے گھبرا کر علاج چھوڑ کر حکیم کی دوا سے اسکا بخار روک دیتے تھے۔ پھر اس کو بتلا دیا کہ زیادہ غسل نکرے۔ اُسکے پاس گھڑی نہ ہونے کے سبب ایسا ہوتا تھا کہ وقت نہ معلوم ہوتا تھا اور وہ یہ بھی سمجھا کہ زیادہ اشنان کرنے سے جلد آرام ہوگا۔ پھر گھر جاکر وہ تھوڑے تھوڑے اشنان آدھے گھنٹے کے کرتا رہا۔ اسکی حالت سُدھرتی گئی اور کوئی ۸-۹ ماہ علاج کرنے پر اسکا پیشاب ۱۰۱۵ درجہ پر آگیا۔ پیٹ پر اسکے بہت پرانے داد تھے وہ بھی چھوٹی چھوٹی پھنسیان اور آبلے بنکر پک پک کر اور سوکھ سوکھ کر جاتے رہے۔ اس نے علاج کو پھر اپنے گھر پر جاری رکھا۔

کوئی ایک سال سے کچھ زیادہ علاج کرنے سے اوسکی کھلڑی کے نیچے سے جو پیپ آتی تھی وہ بند ہوگئی اور کھلڑی جو پیچھے کی طرف جنم سے ہی نہین کھلی تھی اب اپنے آپ کھلنے لگی۔

اس مریض کو کچھ سن باتھ بھی دیئے گئے۔ ایک دن اسنے بھادون کے مہینے مین جو سن باتھ لیا وہ ایسے وقت لیا جب پکی چھت بہت گرم تھی۔ اوسپر کمبل بچھا کر لیٹا تو بہت ہی گرمی نیچے سے لگی گویا جسم جلا جاتا تھا۔ اس غلطی کا یہ نتیجہ ہوا کہ کئی دن تک اوسکے جسم مین پتنگے سے نکلتے رہے اور جب آٹھ دس بارہ دن دو ٹھنڈے باتھ کے بدلے تین ٹھنڈے باتھ روزانہ لئے تب وہ تکلیف دفعہ ہوئی۔ کوئی ۱۰ مہینے کی علاج کرنے سے اوسکی تمام تکلیفات دُور ہوگئین اور اوسمین طاقت بھی پیشتر سے زیادہ آگئی۔ لیکن علاج اوسنے درمیان مین کچھ دنون چھوڑ چھوڑ کر جاری رکھا۔ پرانی حالتون مین یہ ضرورت پڑتی ہے کہ علاج بیچ بیچ مین دس دس بیس بیس روز کے لئے بند بھی کردیا جایا کرے۔

تین چار مہینے یہ علاج اپنے گھر پر ہی کرتے رہنے کے بعد اوسکے کئی امراض مذکورہ کو آرام ہوگیا۔

پھر پیشاب مین کوئی سفید رنگ کی چیز آنے لگی جو کھریا مٹی کی مانند نیچے بیٹھ کر تہ جمایا کرتی تھی
اس کو دیکھ کر اوسے گھبراہٹ ہوئی حالانکہ اوسکی جسمانی طاقت پیشتر سے کم تھی اور اندرونی تپ
بھی اوس کو حاصل ہوگیا تھا۔ لیکن اوس وقت گھبرایا ہوا وہ میرے پاس آیا۔ مین نے خیال کیا اور
اوس کو بتلایا کہ اندرون پیٹ کی کچھ گلٹیان مرض کی وجہ سے چونہ کی طرح ہوگئی ہین اور ان مین کا چونہ
پیشاب کے ساتھ نکلتا ہے (دیکھو صفحہ ۲۴۹ سطر ۳ لغایت ۱۳ کتاب نیا علم شفا بخشی) اور
کچھ وقت مین جب تمام خارج ہوجاویگا تو اوسکا آنا بند ہوجاوے گا + اوسکی سمجھ مین بھی یہ بات آگئی
اور اسکی فکر دور ہوگئی۔ کوئی تین ماہ تک چونے کی شکل کا مادہ نکلتا رہا۔ پھر از خود بند ہوگیا۔ یہ شخص
کوئی ۵ سال زندہ رہا۔ پھر اسکی اتفاقیہ صدمہ سے وفات ہوئی +

اس مریض سے جب اسکی حالت گزشتہ کا حال دریافت کیا گیا تھا تو دریافت ہوا تھا کہ اوس کو
پیشتر پہلوانی کرنے کا شوق تھا اور دودھ اوسنے بہت پیا تھا۔ یہ بھی اوسنے کہا کہ مریض ہونے
سے پیشتر ۱۲-۱۴ ماہ تک برابر اوسنے تانبے کے بلا قلعی کے برتن مین چاے بنا کر پی تھی +
ایسا معلوم ہوتا تھا کہ تانبے کا زہر بھی جو اوسکے جسم مین تھا اس مریض کی بیماری کا ایک سبب تھا
وہ شخص حلوائی کا پیشہ کرتا تھا +

نمبر ۱۴- ادھیٹ پھوڑا یعنی کاربنکل

ایک مرتبہ میری کمر مین ایک ذراسی پھنسی نکلی ہوئی معلوم ہوئی۔ اول تو شام کے وقت ریڑھ کی ہڈی
سے کوئی ایک انگل بائین طرف ہٹ کر درمیان مین کچھ خارش اور جلن سی معلوم پڑی۔ اوس جگہ
ذرا کھجلایا گیا۔ لیکن جلن اور کھجلاہٹ کم نہوئی ایسی کھجلاہٹ تھی جیسے لال چیونٹی کے کاٹنے سے ہوتی ہے
کھجلاہٹ اور جلن بند نہونے پر ایک مہربان کو دکھایا گیا تو اونہون نے بتایا کہ چھوٹی سی پھنسی ہوگئی ہے
اور سُرخی کچھ زیادہ دور تک ہے۔ انکی صلاح سے گل عباس کا پتہ گرم کرکے باندھا گیا۔ اسمین جلن بڑھتی گئی
کوئی ایک گھنٹے کے بعد آٹے کی پولٹس باندھی گئی لیکن تکلیف کچھ کم نہوئی بلکہ ایک طرح کا درد
اوسمین ہونے لگا جیسا کہ پیشتر کبھی دیکھا بھی نہ تھا۔ اسوقت تک مجھے کبھی اس پھوڑے کے
دیکھنے کا موقع بھی نہین ملا تھا۔ ملنے درد کے سبب یہ ضرور سمجھا کہ یہ کوئی نئی طرح کا مرض ہے اور

اسکا علاج سوائے اِن غسلوں کے اور کوئی نہیں اور کسی علاج کرنے سے درد کم نہوگا۔ کیونکہ گرمی پہونچانے سے اسمین تکلیف بڑہتی تھی +

دو۲ گھنٹے بھی نہیں ہوئے تھے کہ پولٹس باندھنے سے ایسا درد ہوا کہ برداشت نہ کیا گیا۔ آخر پولٹس دُور کر دی اور پُرانے صاف سفید کپڑے کی چار تہ لگاکر اور صاف ٹھنڈے پانی مین بھگوکر اور اُس کو تھوڑا نچوڑ کر کمر پر پھوڑیا کے اوپر رکھدیا۔ گدی ایسی بنائی گئی کہ پھوڑیا کی سُرخی سے ایک اونگل بڑھی رہی۔ اوسکے اوپر سفید اونی موٹی فلالین کا ٹکڑا جو گدی سے ایک ایک انگل زیادہ بڑا اور ایک ہی تہ کا تھا رکھدیا اور اوپر سے سفید صاف پٹی سے باندھ دیا گیا تاکہ پٹی اپنے مقام سے ہٹنے نہ پاوے۔

ایسا کرنے سے دو گھنٹے ہی مین درد بہت کم ہوگیا اور دو پہر کے اندر ہی درد جاتا رہا۔ گدی دو۲ دو۲ گھنٹے مین کھولکر پھر ٹھنڈے پانی مین ترکرکے باندھی جاتی تھی۔ پھوڑا بڑھتا ہوا معلوم ہوا اور ایک دن رات مین ایسا ہوگیا جیسے مرغی کا انڈا لیٹی ہوئی حالت مین ہوتا ہے جو کہ آدھا کمر کے اندر اور آدھا باہر معلوم ہوتا تھا۔ دوسرے دن پانی کو بطور عرق کھینچ کر صرف اُس سے گدی تر کی گئی کیونکہ اُس وقت بارش کا پانی ملنا دشوار تھا۔

گدیوں کے علاوہ ایک ہپ باتھ ۱۵ و ۲۰ منٹ کا کنوئین کے تازہ پانی مین اور ایک سٹز باتھ گھڑون کے رکھے ہوئے ٹھنڈے جل مین ۲ منٹ کا روزانہ لیا گیا۔ اگر درد گدی سے کم نہوا ہوتا تو ٹھنڈے غسل اور اسٹیم باتھ سے کچھ وقت مین ضرور رفع ہوجاتا۔ ایسی حالت مین ٹھنڈے اشنان ضرور لینے پڑتے۔ چونکہ پانی کے علاج ہی کی شروعات مرض کے ظاہر ہونے کے بعد کچھ گھنٹون کے اندر ہی کردی گئی تھی اسی وجہ سے تکلیف جلد دُور ہوگئی۔ اگر کئی دن تک ادویات سے علاج کراکر اور چیر پھاڑ کراکر تکلیف کو زیادہ کرکے پانی کا علاج کیا جاتا تو تکلیف کے دُور ہونے مین زیادہ دیر لگتی۔ اسکا سبب ناظرین جنھون نے کتاب کا تیسرا حصہ خود پڑھا ہے خود ہی جان لین گے۔

ٹھنڈے غسلون کے علاوہ دو اسٹیم باتھ بھی تمام بدن کے ۲۰۔ ۲۵ منٹ کے لئے گئے اور انکے بعد فوراً ہی ہپ باتھ لئے گئے۔ اول ہفتے مین پھوڑے کو ۵ منٹ کے دو تین۳

مقامی اسٹیم باتھ بھی دئے گئے۔ اتنی بات ضرور رہی کہ جس طرف پھوڑا تھا اُس کروٹ سے لیٹا نہیں جاتا تھا۔ پھوڑے کے دبانے سے درد ہوتا تھا۔ پیپ بھی آتی تھی لیکن پیشتر سے کچھ کم۔

اس طرح علاج کرنے سے پھوڑے میں تیسرے دن کئی سوراخ ہو گئے اور ان میں سے پیپ رسنے لگی گدی دو دو گھنٹے میں بدلنی پڑتی تھی۔ رات میں نیند کے سبب تین تین چار چار گھنٹے میں بھی کبھی کبھی بدلی گئی۔ گیارہ دن میں پھوڑا بالکل اچھا ہوگیا۔ اور پھوڑے کی جگہ پر ایک ذرا سا تل کی برابر نشان رہ گیا۔ جو خود ہی تھوڑے دنوں میں جاتا رہا +

کوہنی صاحب کے اصول کی ایک بات اور دیکھنے میں آئی کہ بھوک بہت ہی کم ہوگئی۔ دن رات میں ½ سیر گائے کا تازہ دودھ اور دو تین آڑو اور لیچی کے پھل کے علاوہ کچھ غذا نہ تھی۔ پھوڑا اچھا ہونے پر بھوک معلوم ہونے لگی تو کئی دن تک گیہوں کا دلیا اور پھل اور دودھ اور پھر روٹی ترکاری دودھ۔ اور پھل کھائے گئے۔

گیارہ دن میں پھوڑے نے اتنا کمزور کردیا کہ ایک فرلانگ چلنا مشکل تھا۔ لیکن معمولی سادہ کھانا کھانے سے دس دن میں چار میل بلا تھکے ہوئے چلنے کی طاقت آگئی۔ اسکے بعد ابتک کوئی کاربنکل نہیں نکلا اسکو بارہ سال کے قریب ہوگئے +

یہ بھی لکھنا غیر ضروری نہوگا کہ جب پھوڑا ۲ دن کا ہوگیا تھا تب ہمارے ایک رشتہ دار ڈاکٹر تجربہ کار اتفاق سے آگئے اور انھوں نے پھوڑے کو دیکھ کر کہا کہ یہ تو "کاربنکل" ہے آپ کسی سول سرجن کو بُلا کر دکھلئے گا اور علاج کرائیے گا۔ کس خبط میں ہو۔ بغیر ادویات اس کا اچھا ہونا ممکن نہیں۔ لیکن مجھے یہ بات معلوم تھی کہ ڈاکٹری میں پولٹس ضرور لگائی جاتی ہے جسکا تجربہ مجھے دو گھنٹہ ہی میں ہو چکا تھا۔ میں کسی ڈاکٹر سے اسکا علاج کرانے پر رضامند نہیں ہوا +

نمبر ۱۵۔ آنکھوں میں سُرخی

ایک بچہ کی آنکھیں دُکھنے آئی تھیں۔ اُسکا علاج ڈاکٹری کیا لیکن آنکھوں کی سُرخی نہیں گئی۔ تیز تیز ادویات ڈالنے اور لگانے سے بڑی تکلیف ہوتی تھی اور بچہ کی تکلیف کو دیکھنا مشکل تھا۔

دس دن علاج کرنے پر بھی سُرخی جیسی تھی ویسی ہی رہی - اسکا سبب یہ تھا کہ بچہ کا ہاضمہ بگڑ رہا تھا - قبض بھی موجود تھا - بھوک بھی کم لگتی تھی - جن باتون پر ڈاکٹر صاحب نے توجہ نہین دی تھی - بچہ کی تکلیف کو دیکھکر مین نے کہا کہ کیون پانی کا علاج نہین کرتے جو بچہ کو تکلیف بھی نہو اور آنکھین بھی ٹھیک ہوجاوین میری عرض منظور ہوئی اور علاج شروع کیا گیا - صبح و شام ہپ باتھ ۱۰ منٹ کے دئیے گئے - دوسرے ہی دن قبض دور ہوگیا - بھوک لگنے لگی - آنکھون کی سُرخی مین بھی کمی ہونے لگی - دو دن ہپ باتھ دینے کے بعد تیسرے دن تمام جسم کا اسٹیم باتھ دیا گیا اور پھر فوراً اسکے بعد ایک ہپ باتھ دیا گیا - اول تو اسٹیم باتھ دینے سے آنکھین خوب لال ہوگئین - لیکن دوسرے دن صبح کو ہی سُرخی بہت کم ہوگئی - اور دو دن صرف ایک ایک ہپ باتھ اور سٹز باتھ روزانہ دینے سے بالکل آرام ہوگیا - آنکھین بہت صاف ہوگئین - اس علاج مین اس بچے کو جو ۶ برس کا تھا کچھ بھی تکلیف نہین ہوئی غسل کرنے سے بچہ خوش ہوتا تھا +

نمبر ۱۶ - قے اور دستون کا آنا - بدہضمی

ایک مرتبہ مجھے مع اپنے بال بچون کے لمبا سفر کرنا پڑا - کھانے پینے کی ناموافقت سے میرے ایک ۴ سال کی عمر کے بچہ کو رات کے دو بجے قے اور دست ہونے لگے اور پیٹ مین کچھ کچھ درد بھی ہوا - رات مین کچھ علاج نہین کیا گیا - کئی بار بچے کو قے اور دست ہوئے - ۲½ بجے اسے کچھ آرام معلوم ہوا تو اسے سونے دیا - دو گھنٹے بعد بچے کی پھر ویسی ہی حالت ہونے لگی اور پیٹ مین میٹھا میٹھا درد ہوا - خیال ہوا کہ کسی ڈاکٹر کو بلاوین - پھر دھیان ہوا کہ باتھ ہی کیون نہ دوین - اتفاق سے ایک چھوٹا ٹب ہمارے ساتھ تھا - اسمین ایک گھڑا تازہ پانی کنوئین کا ڈالکر بچے کو ۱۰ منٹ کا ایک ہپ باتھ دیا گیا - جو بچہ نے اپنے ہاتھ سے ہی لیا - باتھ لیتے ہی متلی بند ہوگئی اور پھر کوئی دست بھی نہ آیا - اور پیٹ کا درد بھی فوراً ہی جاتا رہا - ایک گھنٹے بعد اسے خوب بھوک لگی - اسکو مونگ کی دال اور چاول کی کھچڑی دی گئی - بچہ کو دوسرے باتھ کی ضرورت نہوئی - بمقابلہ جوان اور بوڑھون کے بچون پر اس علاج کا بہت جلدی اثر پڑتا ہے ++

اُن اشخاص کے خطوط جنھون نے اس نئے علم شفا بخشی سے اپنا خواہ دوسرون کا علاج کامیابی کے ساتھ کیا ہے۔ ان خطون اور شرحِ جسم کی رپورٹون کو بغور مطالعہ کرنے سے ناظرین کو علاج کرنے مین بڑی امداد ملے گی

نمبر ۱- ہیضہ یعنی کالرہ-

بابو کرشن مراری سہاے بی اے- ایل ایل بی- وکیل مین پوری سے لکھتے ہین کہ:-

(الف) مجھے خود بتاریخ ۱۰ جون ۱۹۱۱ء کو وقت ۳ بجے دن کے سخت ہیضہ شروع ہوا- حکماے یونانی کا علاج ہوا مگر بے اثر- ڈاکٹر صاحب تشریف لائے اُنھون نے کہا کہ امید زیست کی نہین ہے- مین دوا نہین دونگا- حالت میری یہ تھی کہ ناخن کا رنگ نیلا تھا- تشنج بہت زیادہ تھا- آنکھون کے حلقے بہت زیادہ گہرے تھے- آواز بند تھی- قے اور دست کی انتہا نہ تھی- تمام جسم بالکل ٹھنڈا تھا- میرے ایما سے میری بی بی نے (جو اس علاج سے واقف اور اسکی معتقد ہے) باوجود مخالفت کل صاحب حاضرین مجھے ٹھنڈے پانی مین سب پاتھ آدھے گھنٹے کا دیا- اور اسکے بعد اسٹیم باتھ دیا- نتیجہ یہ ہوا کہ پہلے باتھ کے بعد نبض بولنے لگی قے اور دست بند ہوگئے ناخن کا نیلاپن دوسرے روز رفع ہوا- اور میری جان بچ گئی- جس کی کسی کو امید نہ تھی- اس واقعہ کے شاہد مین پوری مین قریب ہزار بارہ سو کے موجود ہین +

(ب) ماتھے مین پھوڑا

مذکورۃ الصدر بابو صاحب پھر یون لکھتے ہین کہ میرے بڑے لڑکے جسکا نام شتروسودن ہے اوسکی پیشانی کے اندر پھوڑا تھا جسکے وجود کا علم بہت دنون کے بعد اور بہت مشکل سے ہوا- ڈاکٹر صاحبان نے اوسکے چیرنے کی راے دی- مینے چیرنا پسند نہین کیا- اور ۳ ماہ متواتر یہ پانی کا علاج کیا- پھوڑا اچھا ہوگیا خوبصورتی یہ کہ پھوڑا ہٹتا ہوا ناک کے باہر نمودار ہوکر خشک ہوا +

(ج) پلیگ پرانا بخار

بابو صاحب مذکور پھر لکھتے ہین کہ میرا چھوٹا لڑکا جسودا نندن ہے اس کو تین سال ہوئے کہ پلیگ ہوا یعنی گلٹی بھی مودار ہوئی اوسکا بخار اور گلٹی ۲۴ گھنٹے مین اس علاج سے ٹھیک ہوگئی لیکن علاج چار پانچ روز جاری رہا - میری بی بی کو بچہ پیدا ہونے کے بعد بخار ہوا جسکا علاج ۴ - ۵ ماہ سواے ڈاکٹری ہر قسم کا ہوتا رہا لیکن بخار نہین گیا - بلکہ گولا سا داہنی جانب ہوتا تھا جسکی وجہ سے سخت درد رہتا تھا - اس علاج سے دو ماہ مین صحت کامل ہوئی +

(د) سرسام اور بخار

یہی صاحب پھر اس طرح لکھتے ہین کہ :-

منشی امام الدین صاحب جو سب انسپکٹر جبرانہ ضلع مین پوری مین تھے اور اب غالبًا کسی جگہ انسپکٹر ہو گئے ہین اونکو بخار کے بعد سرسام ہو گیا تھا - مین بلایا گیا - اس علاج سے ایک گھنٹہ مین رفع ہوا +

نمبر ۲ - دمہ یعنی سانس - نامردی - بواسیر

مسٹر ایل - ایس نگم اسسٹنٹ کیمیا گر محکمہ زراعت مجھے لکھنؤ سے حسب ذیل حال ۲۰ مارچ سنہ ۱۹۱۴ع کو ارسال فرماتے ہین -

"مین اس پانی کے علاج کی بابت آپکی اردو کی کتاب پڑھ کر آپ کا بہت ہی مشکور ہون - خاص کر اس وجہ سے کہ مین نے غسلون کے علاج پر پورا عمل کر کے اپنے مرض سے پوری پوری شفا حاصل کی ہے -

مین چار سال تک دمہ کا شکار بن چکا تھا مجھے اس مرض سے نجات پانے مین کامل ناامیدی تھی حکیمون کے استاد حکیم عبد العزیز صاحب ساکن لکھنؤ نے جنکا علاج مینے کیا تھا کھانسی کو پیشتر ہی کہدیا تھا کہ بڑھ کر دمہ ہو جاے گی - اور اونکی بتلائی ادویات استعمال کرنے پر اور ہر ایک طرح خبرداری کرنے پر تھوڑے ہی زمانہ مین مجھے بری طرح کا دمہ ہو گیا +

مذکورہ بالا حکیم صاحب صرف یہ دیکھ کر ہی کہ ایک ۱۸ سال کا موٹا تازہ شخص ایسی خراب بیماری مین

حکیم صاحب میرے اوپر بڑے مہربان ہوگئے تھے۔ جو دوائیں انھوں نے بتلائیں میں نے استعمال کیں لیکن کسی نے بھی کام نہ دیا۔ حکیم صاحب کو بڑی مایوسی ہوئی۔ اور انھوں نے چوب چینی کا روزانہ استعمال کرنا میرے لئے بتلایا۔ اس مرض کی وجہ سے میں نے آگے پڑھنا بند کر دیا۔ اور مجھے یقین ہوگیا کہ میری باقی عمر برباد ہوگئی۔

سانس کے دورے چوتھے دن ہوتے تھے اور بڑی تکلیف سے ہوتے تھے۔ ۷ بجے رات سے دو بجے رات تک رہتے تھے۔ دورہ کی حالت میں ایک بار بھی کروٹ لینا مشکل تھی۔ اس طرح بڑی مصیبت سے میں نے تین برس گزارے۔ پھر یہ خیال کرکے کہ موت قریب ہے اور اس سے بچا بھی نہیں جا سکتا ہے میں نے یہ یقین کر لیا کہ اب آگے کو کسی کی بھی دوا نہ کرونگا۔

چوتھے سال میں نے اپنا وقت باغوں اور کھیتوں میں گزارنا شروع کیا۔ ایک ہی ہفتہ میں اس طرح گھومنے سے دورے بند ہوگئے۔ دو ماہ اور بھی اسی طرح ٹہلنے سے مجھے آرام ہوگیا۔ نہ دمہ اٹھتا نہ کھانسی۔ میں لکھنؤ لوٹ کر حکیم صاحب کے پاس گیا۔ خوشی خوشی اپنی حالت کا حال سنایا۔ وہ مجھے ایسی اچھی تندرستی کی حالت میں دیکھ کر بڑے خوش ہوئے۔ اور خدا کا شکریہ ادا کرنے لگے اور مجھ سے کہا کہ:

"عزیز تم نے جو قدرتی شفا حاصل کی ہے پرمیشور اسے قائم رکھے۔ لیکن مجھے خوف ہے جیسا کہ میں نے دیکھا بھی ہے کہ پانچویں یا ساتویں برس میں مریض لوگ پھر مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ اور اس سبب سے تم کو چوب چینی کا استعمال کبھی نہیں چھوڑنا چاہیئے۔"

لیکن میں انکے کہنے پر نہ چلا اور یہ سمجھا کہ ہمیشہ کے واسطے اچھا ہوگیا۔ لیکن خراب دن جو کہ آنے کے منتظر تھے پھر آ گئے۔ پانچویں برس میرے بائیں پاؤں کی نلی میں گھوڑے کے لات مارنے سے بڑی چوٹ آئی۔ ہڈی ٹوٹ گئی تھی۔ اس وجہ سے چھ ماہ تک چارپائی پر پڑا رہا۔ اس زمانہ میں میری بیماری پھر لوٹ آئی اور دکھدائی دورے بھی پڑنے لگے۔ اس بار مجھے اپنی زندگی کی بالکل امید نہ رہی۔ اور زندگی کا اخیر قریب ہی دکھائی پڑتا تھا۔

میں نے آپکی اردو کتاب جسمیں غسلوں کے ذریعے سے علاج بتلایا گیا ہے پڑھی۔ اول اول ان میں مجھکو یقین نہ ہوا۔ جیسا کہ اس بیماری کے بیماروں کی عادت پڑ جاتی ہے۔ مجھے ٹھنڈے پانی کے چھونے

ہی سے خون لگتا تھا۔

لیکن میڈ دل کو مضبوط اکر کے غسل لینے شروع کئے۔ اور پہلے ہی دن ہپ باتھ دس منٹ کا لینے پر مجھے سانس لینے مین آسانی معلوم ہوئی لیکن یہ حالت صرف ایک گھنٹہ ہی قایم رہا۔
مین نے ۲ ماہ تک یہ علاج کیا اور سادا کی غذا کھائی اور دس دن مین ایک اسٹیم باتھ لیا۔
مین صبح کو ایک سٹز باتھ لیتا تھا اور ہر ایک باتھ کے بعد کھلی ہوئی ہوا مین ورزش کرتا تھا جسمین سینہ اچھی طرح نکل آتا تھا۔ مجھے اس مرض سے کامل صحت ہوگئی اور اب چار سال ہوئے کوئی تکلیف سانس کی نہین ہوئی۔ اگرچہ مینے باتھ لینے بند کردیے ہین لیکن جب کبھی کوئی ضرورت انکی تندرستی کے لئے معلوم ہوتی ہے لے لیتا ہون۔"

وہ یہ بھی لکھتے ہین کہ انہین کے بتلانے سے ایک ۲۵ سال کی عمر کے دیہاتی شخص نے فوطون کے بڑھ جانے کی حالت مین اور بواسیر کے مرض اور نامردی کے مرض مین ان غسلون کے علاج سے پانچ ماہ مین شفا پائی۔ وہ ایک سال سے اچھا ہے اور ایشور نے اس کو ایک لڑکا بھی دیا ہے +

نمبر ۳۔ تپ دق یعنی تپ کہنہ۔ چھپی روگ

منشی انند سروپ جی ڈپٹی سنٹرل ناظر بداون جنکو مرض دق سے انہی غسلون کے علاج کے ذریعے نجات ہوئی تھی میرے خط کے جواب مین لکھتے ہین جوکہ دق کے مریضون اور دوسرے لاعلاج حالت والے مریضون کے فائدے کے لئے قریب قریب کل ہی نقل کیا جاتا ہے۔

شریمان پروپکاری سوتی کرشن سروپ جی!

تسلیم دست بستہ قبول ہو۔ آپکے عنایت نامہ مورخہ ۲۴ ماہ فروری سنہ ۱۹۱۴ء کے جواب مین گزارش ہے کہ آپ نے ہندی دان پبلک کو بہت ہی فائدہ پہونچایا کہ آپ نے کتاب نیا علم شفا بخشی کا ترجمہ ہندی زبان مین کردیا۔ اسکی بڑی ضرورت محسوس ہو رہی تھی اور خاص کر ایسے وقت مین جبکہ پبلک ہندی کی قدر کرنا چاہتی ہے اور قریب قریب ہندوستان کی زیادہ پبلک ہندی دان ہے +
مجھکو بچپن سے قبض اور زکام کی شکایت تھی۔ بعد اختتام تعلیم انٹرنس کلاس ملازم ہوکر

محافظ خانہ بھی شاہجہان پور مین مقرر ہوگیا۔ بدقسمتی سے وہان تازہ ہوا نہ ملی اور جوانی کی امنگ
بھی کام سخت محنت سے انجام دیا۔ بعد ایک سال کے علاوہ قبض و زکام کے بخار بھی
شروع ہوگیا کچھ عرصہ بعد اسقدر کمزور ہوگیا کہ کام کرنے سے مجبور تھا۔ مجبوراً رخصت لینا پڑی۔
دس ماہ کی رخصت کے لئے درخواست دی جسپر ڈاکٹری ملاحظہ کا حکم ہوا۔ جناب ڈاکٹر صاحب نے
بجائے دس ماہ کے بارہ ۱۲ کی رخصت کے لئے سفارش کی اور فرمایا کہ اگر سال بھر مین بھی
صحت ہوجائے تو بہتر ہے۔ ڈاکٹر صاحب نے مرض تشخیص کرکے تحریر فرمایا کہ تپ دق ہے
سینہ مین ٹیوبرکل پیدا ہوگئے ہین +

رخصت لیکر ایک سال تک متواتر ڈاکٹری مصرانی و یونانی علاج کرتا رہا۔ روز بروز کمزور
ہوتا گیا اور کسی علاج سے کچھ فائدہ نہوا۔ ایک سال کی رخصت ختم ہونے پر دوبارہ رخصت مزید
چھ ماہ کی درخواست دی جسپر پھر ڈاکٹری ملاحظہ ہوا۔ جناب ڈاکٹر صاحب نے رخصت مذکورہ کے لئے سفارش
فرمائی اور ہدایت کی کہ کھلی جگہ مین رہا کرو۔ میری جوانی پر افسوس کرتے تھے تشخیص مرض کے لئے خود ملاحظہ
کیا اور ہیلتھ آفیسر اور اسسٹنٹ سرجن سے ملاحظہ کرایا۔ اور ہر سہ صاحبان کی یہی رائے قائم ہوئی کہ
تھائی سس ہوگئی ہے۔ افسوس کیا کہ ڈاکٹری مین کوئی مجرب علاج اس مرض کے لئے نہین ہے +
سوائے اسکے کہ کسی جگہ جہان کی آب ہوا خاص طور پر بہت عمدہ ہو۔ مثلاً الموڑہ قیام کیا جاوے +
شاہجہان پور کے ایک مشہور حکیم طب یونانی پاس شدہ دہلی نے چھ ماہ تک علاج کیا۔ آخر مین حکیم صاحب
کی رائے ہوئی کہ ماء الجبن جو سب سے عمدہ علاج یونانی مین ہے کیا جاوے۔ چنانچہ ۶۰ یوم تک
اور علاج ہوا مگر نتیجہ برعکس پیدا ہوا پیچش ہوگئی +

علاج یونانی سے مایوس ہوکر علاج مصرانی شروع کیا جسکی وجہ سے اختلاج قلب پیدا ہوگیا
بوجہ تکلیف اس کو ترک کرنا پڑا اور آخری ارادہ یہ ہوا کہ اب علاج بالکل ترک کردیا جائے +

اکثر وید مصرانی جن سے میرے والد صاحب مجکو دکھلا کر مجھسے پوشیدہ طور پر انکی رائے دریافت
کرتے تھے تو وہ لوگ حساب لگا کر فرماتے تھے کہ اب موت کے قریب اسقدر دن باقی رہ گئے ہین۔
کیونکہ اس مرض کی بنیاد قریباً ۳ سال کی ہے +

جب میرے لایق دوست بابو جگن ناتھ پرشاد سیکریٹری آریہ سماج شاہجہانپور کو کہ جنھون نے میرے علاج کرانے مین بڑی کوشش فرمائی تھی۔ یہ معلوم ہوا کہ علاج ترک کرنے کا ارادہ ہے تو اونکو کسی ذریعہ سے نئے علم شفابخشی کے علاج کا حال معلوم تھا۔ مجھہ سے فرمایا کہ غسل کا علاج شروع کرو۔ جواب مین مینے عرض کیا کہ مینے علاج ترک کرنے کا ارادہ کرلیا ہے۔ تو دوبارہ فرمایا کہ کوئی دوا استعمال نہ کرنی ہوگی۔ بلکہ صرف غسل کرنا ہوگا +

مجھکو اس جواب نے تعجب مین ڈالدیا اور ہنس کر کہا کہ جب ادویات سے کچھہ فایدہ نہوا تو غسلون سے کیا فایدہ ہوسکتا ہے۔ میرے لایق دوست نے مجھکو کتاب نیا علم شفابخشی دیکھا کے پڑھنے کی راے دی۔ مینے ایک ماہ تک آزمایشاً اپنے دوست کے کہنے پر غسل کا علاج شروع کیا اور کتاب کا مطالعہ کیا۔ جہاں ہرقسم کے علاج سے کمزوری معلوم ہوتی تھی اب حقیقت مین طاقت محسوس ہونے لگی اور نیز کتاب کی دلیل سے معلوم ہوا کہ یہ بھی کوئی علاج ہے۔

ایک سال کی رخصت مزید لیکر مکان چلاگیا۔ اور برابر غسل کا علاج کرتا رہا۔ اس درمیان مین دو تین مرتبہ بڑے زور سے بخار آیا اور پیچش ہوئی۔ اکثر دوستون اور رشتہ دارون نے اور نیز والدین نے بخار کی حالت مین بخوف سرسام غسل کی ممانعت فرمائی۔ مگر مین حسب ہدایت مندرجہ کتاب غسل کرتا رہا۔ اور ہر ایک ابھرا ہوا مرض تین یوم کے اندر جاتا رہتا تھا جس سے سب کو بڑا تعجب ہوتا تھا۔ اکثر اوقات مینے غسل کے طریق کے سمجھنے مین غلطی کی جسکی صحت لایق بزرگ بابو ہرنارائن صاحب صدر قانون گو شاہجہان پور و حکیم خادم حسین خان صاحب شاہ آباد سے کرتا رہا۔ اور ایک مرتبہ سروتریہ کرشن سروپ جی مترجم کتاب نیا علم شفابخشی سے بغرض رفع غلطی بمقام مرادآباد نیاز حاصل کیا جنھون نے اپنے دست مبارک سے غسل دیکر طریقہ بتلایا +

اول مین بڑے زور سے پیڑو کو ملکرتا تھا۔ اور ایک دم آدھے گھنٹے تک غسل کرتا تھا۔ موسم سرما مین گرم پانی ملاتا تھا جسکی نسبت شریمان سروتریہ کرشن سروپ جی موصوف نے ہدایت فرمائی تھی کہ تھرمامیٹر سے دیکھہ کر پانی کی حرارت زیادہ کرلیا کرو۔ اور ۵ منٹ سے شروع کرنا مناسب ہے۔ سو اسکے بعد حسب ہدایت کرتا رہا۔ چھہ ماہ تک اور علاج جاری رکھا۔ بہت کچھہ

صحت ہوگئی۔ پیشتر چلا نہیں جاتا تھا۔ اب دو ایک میل تک ٹہلنے لگا
یہاں تک کہ پسینہ خوب آجاتا تھا۔ اور نیند بافراغت محسوس ہونے لگی۔ زکام بالکل نہیں رہا۔
بخار جاتا رہا۔ بھوک خوب لگنے لگی۔ تجربہ کیلئے ملک صاحب کے ڈاکٹر سے ملاحظہ
کرایا تو انہوں نے سینہ کا امتحان کیا کہ اب سینہ میں ٹیوبرکیولوسس کا بالکل پتہ
نہیں ہے۔

اسکے بعد والدین اور احباب کی رائے ہوئی کہ حاضر بکار سرکار ہونا چاہیئے۔ وقت ابھی تھا
جناب مسٹر دلال صاحب جج نے میری صورت دیکھ کر فرمایا کہ کام نہیں کرسکتا مگر امتحانًا چارج لینے کا
حکم فرمایا۔ چنانچہ کام بڑی محنت سے کیا جس کے لئے کیرکٹر رول میں تحریر کردیا کہ یہ شخص دیکھنے میں کمزور
معلوم ہوتا ہے مگر کام بڑی محنت سے کرتا ہے۔

اس سے پیشتر جناب مسٹر اسمٰعیل صاحب بہادر جج جنکے زمانہ میں رخصت حاصل کی تھی بوقت روانگی
ولایت میرے کیرکٹر رول میں میری حالت نازک کو خیال کرکے تحریر کرگئے کہ یہ شخص شاید واپس نہ آویگا۔
چونکہ میری حالت ایسی ہی خراب تھی اور ڈاکٹروں نے تحریر بھی کیا تھا جس سے صاحب بہادر جج کو
گمان تھا کہ یہ شخص مرجاوے گا۔ چنانچہ اس بنیاد پر میں نے اس علاج کو مردہ سے زندہ
کرنے والا علاج کے نام سے نامزد کیا ہے +"

مذکورہ بالا صاحب اپنے تجربات جو کہ آپ کو اس علاج سے حاصل ہوئے ہیں لکھتے ہیں جو کہ
ناظرین کے فائدہ کے لئے نیچے درج کئے جاتے ہیں۔ اور نیز ناظرین کی توجہ مبذول کرائی جاتی ہے۔

(۱) اولًا بہت خفیف فائدہ ہوتا ہے۔ رفتہ رفتہ اثر ہوتا ہے۔ ایسی حالت میں مریض گھبراجاتا ہے
مگر اطمینان سے علاج کرنا چاہیئے۔

(۲) جب مریض ہر قسم کے علاج سے مایوس ہوجاتا ہے تو آخر میں غسل کا علاج شروع کرتا ہے اگر
ابتدائے مرض میں علاج کیا جاوے تو بہت جلد فائدہ ہو۔

(۳) بھوک بہت زور سے لگتی ہے اور ہر وقت طبیعت کھانے کو چاہتی ہے۔ اُس وقت اعتدال سے
کھانا چاہیئے۔ مگر طبیعت کو روکنا بہت مشکل کام ہے۔

(۴) قبل علاج میرے بال سفید ہو گئے تھے۔ مگر بعد علاج یا تو سفید بال گر گئے یا خود بخود سیاہ ہو گئے۔ خضاب لگانے والوں کو بھی یہ علاج شروع کرنا چاہیئے۔

(۵) جریان کے لئے سٹز باتھ بہت ہی مفید ہے۔

(۶) غذا میں صبح و شام گائے کا تازہ دودھ فوراً تھن سے نکلتا ہوا پینا بہت ہی مفید ہے

(۷) طبیعت ہر وقت پژمردہ رہتی ہے مگر غسل کے بعد فوراً بشاشت آجاتی ہے۔

(۸) تمام تفکرات سے علیحدہ رہنا چاہیئے اور حسب ہدایت وکیل سرو تریہ صاحب مترجم کتاب نیا علم شفا بخشی جس وقت طبیعت گھبراوے ایشور کو یاد کرنا چاہیئے۔

نمبر ۴- منہ کے اندر گال میں پھوڑا- بواسیر

پنڈت گنیش پرشاد شرما اسسٹنٹ کلرک دفتر پولیس پرتاب گڈھ اپنے خط میں اس علاج کے ذریعہ کئی حالتوں میں کامیابی حاصل کرنے کی خوشخبری دیتے ہیں جو ذیل میں تحریر کی جاتی ہیں +

(الف) ہیڈ کانسٹبل جنکے گلے میں اندر کی طرف پھوڑا نکلا ہوا تھا۔ ڈاکٹری اور عطائی علاج کئی روز تک کرتے رہے مگر روز بروز تکلیف زیادہ ہونے لگی تب مجھسے اپنا حال بتلایا۔ میں نے ایک اسٹیم باتھ مقامی روزانہ ایک بار صبح اور دو ہپ باتھ آدھ آدھ گھنٹے کے روزانہ صبح و شام لینا بتلاتے۔ نتیجہ یہ ہوا کہ اول روز سوجن اور بڑھی تو مریض کو بڑی گھبراہٹ ہوئی اور مجھ سے پھر حال بیان کیا۔ میں نے سمجھا کہ میٹر ابھر آیا ہے اور اب جلد اچھا ہونے والا ہے خیر باتھ جاری رکھے گئے اور دوسرے ہی دن جب اسٹیم باتھ کے بعد ہپ باتھ لیا گیا تو پھوڑا اندر کی طرف سے پھوٹ نکلا اور تکلیف جاتی رہی۔

اسکے بعد علاج جاری رکھا گیا۔ ۸ دن بعد پھوڑا بالکل اچھا ہو گیا لیکن ایک مہینے کے بعد علاج بالکل بند کر دیا گیا۔ خاص بات لکھنے کی یہ ہے کہ جب ہپ باتھ شروع کیا جاتا تھا تو مواد نکلنا شروع ہو جاتا تھا۔ علاج سے پھوڑے ہی کو فائدہ نہیں ہوا بلکہ بواسیر کو بھی فائدہ معلوم ہوا جسکی اونکو کئی سال سے شکایت تھی +

(ب) ایک مہینے کا بخار

ایک لڑکا عمر دس سال کا ایک ماہ سے بخار میں مبتلا تھا۔ چونکہ پہلے ایورویدک علاج بھی کیا جاتا تھا اس نے نبض دیکھنے سے معلوم ہوا کہ بخار کچھ نہ کچھ ہر وقت رہتا ہے۔ میں نے ہپ باتھ روزانہ ۱۰ منٹ سے لیکر ½ گھنٹے تک لینے کے واسطے رائے دی۔ سادگی کے ساتھ کھانا بتلایا۔ جس سے تین دن کے بعد بخار جاتا رہا۔ ایک ماہ تک علاج جاری رہا۔ نتیجہ یہ ہوا کہ کل شکایات جاتی رہیں اور طاقت بھی آگئی +

(ج) گانٹھوں کا درد اور پُرانا قبض

بابو کالکا پرشادجی نے جن کو گانٹھوں کے درد سے بیٹھنے اور پاخانہ جانے تک میں تکلیف ہوتی تھی بعد کئی علاجوں کے مجھ سے رائے لی۔ میں نے مقامی ایک اسٹیم باتھ روزانہ اور ۲ ہپ باتھ روزانہ صبح و شام تازہ پانی میں قریب ½ گھنٹے تک۔ لیکن شروع میں قریب دس منٹ سے شروع کرنے بتلائے۔ اس سے تین دن بعد فائدہ معلوم ہونے لگا اور ۱۵ دن میں درد بالکل جاتا رہا۔ لیکن ایک ماہ تک یا کچھ زیادہ وہ ہپ باتھ لیتے رہے جس سے قبض کی بھی شکایت دُور ہوگئی جسکے وہ کئی برس سے شکار ہو رہے تھے +

(د) بخار

میری لڑکی عمر دو سال کو جو کئی بار بخار میں مبتلا ہوئی قریب پانچ سے دس منٹ کے ہپ باتھ و سٹز باتھ دلوائے۔ بخار جاتا رہا +

(ر) بخار کے ساتھ آنکھوں کی تکلیف

میرا لڑکا عمر ایک سال جس کو بخار کے ساتھ آنکھوں کی تکلیف بھی شامل تھی قریب تین دن سے آنکھیں نہ کھولتا تھا اگر کھولتا بھی تھا تو دن میں ایک دو مرتبہ بڑی مشکل سے۔ میں نے دو بار اور کبھی ۳ بار بھی قریب ۳ منٹ کے ہپ باتھ تازہ پانی سے دئیے۔ آنکھیں اور بخار دونوں صاف ہوگئے اور اب وہ اچھا ہے +

(س) جاڑا بخار

میری لڑکی عمر چار سال جس کو جاڑا بخار آتا تھا۔ فرصت نہ ملنے کے سبب کبھی ایک سٹز باتھ

اور کبھی ڈ۲و ہپ باتھ دیتا رہا۔ اس سے بخار میں کچھ کمی ہوتی لیکن دوپہر کو پھر زور کرتا تھا۔
مین نے اپنی عقل سے یہ تجویز کیا کہ ہاتھ اور پیرون مین جلن بہت ہوتی ہے اسکا سبب یہ ہے کہ
غیر معمولی گرمی (بخار) ان آخری سرون (ہاتھ پاؤن) سے باہر نکلنے کی کوشش کرتا ہے لیکن
کوئی جگہ باہر نکلنے کی نہ پاکر دھکا مارکر پھر واپس جاتی ہے اور دھکے سے جو فریکشن (رگڑا) پیدا
ہوتی ہے اسکا نتیجہ ہاتھون پیرون کا زیادہ جلنا ہے۔ اس سے کچھ زیادہ ٹھنڈے پانی مین ہاتھون
اور پیرون کے سرون کو بھگونے سے ضرور بخار مین فائدہ ہوگا اور ایسا ہی کیا گیا اور نتیجہ یہ ہوا کہ بخار
اُترنے کے بعد پھر واپس نہ آیا اور ابتک اچھی ہے +

(ش) بخار - آنکھون کا درد - دستونکا آنا

میرا چچازاد بھائی عمر ۳ سال کو جسکی آنکھ اس طرح خراب ہوگئی تھی کہ دن مین دو ایک بار با جا بجانے
سے ہی کھولتا تھا اور جس کے ساتھ بخار اور دست کی بھی شکایت شامل تھی۔ مینے تین بار ہپ باتھ
دینے کا انتظام کیا۔ دس دن کے بعد کُل شکایتین جاتی رہین +

(ص) پُرانا سر درد

میری چچی جنکو سر درد کی پُرانی تکلیف تھی اور کبھی بہت زیادہ تکلیف برداشت کرنا پڑتی تھی ایک مقامی
اسٹیم باتھ اور ڈ۲و سٹز باتھ ½ گھنٹے کے تجویز کئے۔ پہلے ہی دن مین درد جاتا رہا۔

(ط) گھٹنون مین درد

میرے چچازاد بھائی جن کو پلیگ سے اچھے ہونے کے بعد بائی کی شکایت پیرون مین گھٹنون مین
ہوگئی تھی۔ جس سے انکے پیر سیدھے نہ پڑتے تھے اور ایک فرلانگ بھی چلنا مشکل تھا۔ بعد کُل اور
علاجون کے ایک اسٹیم باتھ مقامی اور ڈ۲و سٹز باتھ لینے شروع کئے۔ دس دن کے بعد ایک
میل چلنے کے قابل ہوگئے۔ اور اب اچھے ہین +

(ع) کمر اور گانٹھون مین درد - وسرج کی خرابی

میری کمر مین کئی دن سے درد تھا۔ اسٹیم باتھ اور ۲ سٹز باتھ سے ایک دن مین جاتا رہا۔ اور

ایک ستمبر باتھ ڈوہپ باتھ باری باری لینے سے فائدہ یہ ہوا کہ پیٹ کی خرابی جو پاخانہ اور پیشاب کے وقت نکلتی تھی قریب قریب بالکل جاتی رہی۔ اسکے ایک اور بھی فائدہ ہوا کہ جو ایک داد کا سا داغ گردن کے نیچے پشت کی طرف تھا آپ سے آپ غائب ہوگیا +

نمبر ۵ - دماغ کے چکر اور کنپٹی میں پھڑکن

منشی ہر نارائن جی صدر قانون گو پنشنر شاہجہانپور سے لکھتے ہیں کہ :-

(۱) میرے دوست پنڈت ہردیال محکمہ ریلوے میں پچاس روپیہ ماہوار کے ملازم تھے۔ انکے دماغ میں چکر اور دو کنپٹیوں میں پھڑک یا ٹھپک اسقدر تھی کہ گھنٹوں سونا میسر نہوتا تھا۔ میرے مشورہ سے باتھ لئے - ۵ - ۶ ہفتے میں اسقدر صحت ہوگئی کہ دو دو پہر تک لکھنے پڑھنے کا کام کیا اور کچھ تکلیف نہ ہوئی۔ یہ صاحب اس مرض کی وجہ سے استعفا دیکر آئے تھے بعد صحت لکھنؤ میں پھر پچاس روپیہ کی جگہ ملگئی +

ٹیڑھا اور سوجا ہوا پاؤں

(۲) پنڈت صاحب موصوف کا لڑکا چھ سال کا ہے۔ اُسکا ایک پاؤں گھٹنے سے ایڑی تک متورم اور خمدار تھا۔ تخمیناً ۳ سال سے یہ حالت تھی اور اس اثنا میں ڈاکٹروں نے تین مرتبہ آپریشن کئے اور سب بیکار۔ میرے مشورہ سے علاج باتھ کا کیا - ۶ - ۷ ہفتے میں دو ہڈی شکستہ مواد کے ساتھ برآمد ہوئیں اور زخم بھرنا شروع ہوگیا۔ اور کوئی ۳ ماہ کے عرصہ میں کامل صحت ہوگئی۔ معلوم ہوا کہ یہ شکستہ ہڈی کی وجہ سے ہی ورم وغیرہ تھا۔ اب کامل صحت ہے اور وہ لکھنؤ میں موجود ہے +

نمبر ۶ - دل اور دماغ کی کمزوری بخار

سید محبوب علی صاحب ساکن دہلی مادہو کالج اجین سے لکھتے ہیں :-

(الف) میرا دل اور دماغ کمزور تھا۔ اکثر سر میں درد رہتا تھا۔ میں نے ہپ باتھ لیا۔ روزانہ ½ گھنٹہ تک پانی میں بیٹھا رہتا تھا۔ بعض اوقات جب فرصت ملتی تھی تو دن میں تین تین بار تک بیٹھتا تھا۔ مجھے بہت فائدہ ہوا۔ لیکن ورزش بھی کی اور غذا کی احتیاط رکھی اور ہلکی غذا کھائی۔ ایک موقع پر دو ہفتہ تک صرف دلیا کا استعمال کیا۔ بخار کی حالت میں خود بھی اور دیگر صاحب پر محبوب علی الناء

پایا بخار میں اسٹیم باتھ دیکر بہت باتھ دیا اور بخار غایب ہوگیا۔

درد گردہ

(ب) کئی مرتبہ درد گردے کے مرض میں فوراً افاقہ ہوا اور لوگ حیرت میں رہ گئے۔

نروس کولیپس

(ج) سید احمد علی صاحب سابق ڈپٹی کلکٹر کو نروس کولیپس ہوگیا اور قریب تھا کہ کن ٹیشن (سل) ہو جاتی۔ صاحب موصوف نے یہ علاج کیا اور بہت فائدہ ہوا۔

نمبر ۷۔ خان صاحب میاں علی محمد صاحب ڈویژنل انجینیر محکمہ ریاست بہاولپور

اس علاج کے بارے میں یوں تحریر فرماتے ہیں:۔

میں نے اسکا بخوبی تجربہ اپنے اوپر کیا ہے اور اور لوگوں پر بھی کیا ہے۔ میں چار سال سے تجربہ کر رہا ہوں لیکن ڈیڑھ سال سے بوجہ کم فرصتی غسل بند کردیے گئے ہیں۔ مجھکو ان سے بہت ہی فائدہ پہونچا ہے۔ اور جو کچھ درحصل میرے ساتھ گذرا ہے وہ بہت عجیب ہے بسبب کم فرصتی کے تمام حالات تحریر نہیں کرسکتا ہوں۔ اگر مفصل تحریر کروں تو ایک علیحدہ کتاب یا اسکا ایک حصہ بن جاوے گا۔

میں نے سوائے غسلوں کے اور بھی تجربہ کیا ہے اور ان سب نے میرا یہ اعتقاد کردیا ہے کہ **خدا نے کسی انسان کو بیمار ہونے کے لئے نہیں بنایا ہے۔ اور نہ جلد قبل از وقت مرنے کے لئے بنایا ہے۔** باوجودیکہ میں خود مکمل طور سے صحت یاب نہیں ہوا ہوں جسکی وجہ یہ ہے کہ میں نے باقاعدہ علاج صرف دو سال تک کیا پھر بے قاعدہ ہوگیا لیکن میں امید کرتا ہوں (میری عمر ۵۵ سال کی ہے) اور تیس سال کہ سے کم جینے کی،

جب سے میں نے غسلوں کا علاج شروع کیا ہے تب سے میں بیمار نہیں ہوا اور نہ ہونگا+ البتہ مادہ فاسد جب بدن میں ہلتا ہے تب وہ نکلنے کے وقت کچھ علامات ویسی ہی پیدا کرتا ہے

جیسی کہ جسم کے اندر جانے کے وقت کرتا تھا۔ جسکو تمام لوگ کہتے ہین کہ بیمار ہو گیا۔ مگر وہ بیمار ہونا نہین مگر بیماری کا باہر نکلنا ہے“

نمبر ۸ سستی۔ پاؤن پر بیس برس کی سوجن۔ گردن کا موٹا پن پیشاب کا مرض

ایک معزز اہل اسلام صاحب اپنی چٹھی مین اپنے تجربون کی بابت لکھتے ہین:۔

”یاد دہانی کے واسطے لکھتا ہون کہ مینے کتاب نیا علم شفا بخشی اپریل گزشتہ مین منگوائی تھی اور اسکے بعد اکثر اپنے حال سے اطلاع کرتا رہا اور ہدایت پاتا رہا۔ ۲۳ اپریل ۱۹۱۲ء سے تا ایندم برابر علاج جاری ہے۔ غذا بھی ہدایت کے موافق ہے۔ البتہ رمضان شریف مین صرف صبح کو غسل کر سکا دوسرے وقت نہین ہو سکا۔ غذا مین اسقدر بے اعتدالی اگر خیال فرمائی جاوے تو ضرور ہوئی کہ سحری کے وقت فیرنی جسمین قدرے نمک کشمش۔ اور خرما ڈال کر استعمال کی گئی۔ مرض ورم تھا قریب قریب بالکل جاتا رہا۔ اور جو شکایتین اندرونی تھین جسکو مین مرض خیال نہین کرتا تھا انکے رفع ہونے سے یہ بات معلوم ہوئی کہ وہ مرض تھا۔

گردن کا موٹا پن جس وقت کم ہوا تو پشت گردن پر معلوم ہوا کہ پھوڑے کی قسم سے کوئی چیز ہے۔ مگر ہفتہ عشرہ مین وہ بھی بہت کم ہو گئی۔ اب خفیف باقی ہے۔

مجکو مرض پیشاب کا بھی تھا۔ اور اسکے ساتھ سرعت وغیرہ جو سستی کے لوازم مین سے تھے بعنایت الٰہی یہ سب مرض رفع ہو گئے۔ مگر ابھی تک کلی اطمینان نہین ہوا جسکی وجہ سے ابھی تک علاج جاری ہے مین نے دو ایک شخصون کو بھی علاج بتلایا ہے۔ انکو آرام ہو گیا۔ مگر انکے مرض جدید تھے۔ میرا مرض پاؤن ۲۵ سال سے تھا اور مرض پیشاب وغیرہ دو سال سے تھا اوسی قدر جلد وہ رفع ہو گیا“

نمبر ۹ بخار۔ کھانسی۔ خون کا آنا۔ ہاضمہ کی سخت خرابی

بابو شیام لال جی سب انسپکٹر گورنمنٹ ریلوے پولیس بالامتو جنکشن سے اس علاج کی کامیابی بابت اپنے تجربہ سے جو مجھے اپنے خط مین لکھتے ہین وہ نیچے لکھتا ہون۔

"مجکو سنہ ۱۹۱۰ء مین بخار آیا۔ پھر کھانسی کی شکایت پیدا ہوگئی۔ اسکا مینے قصبہ سندیلہ لکھنؤ
مین علاج ویدک ڈاکٹری و یونانی ہر قسم کا کیا۔ کسی سے کچھ فائدہ نہوا۔ بلکہ میری حالت اس درجہ
کی خراب ہوگئی کہ مجکو مجبور ہوکر رخصت لینا پڑی۔ ریاست گوالیار مین ایک مشہور ڈاکٹر تھے انکا
بھی علاج کیا۔ میرا مرض اس درجہ ترقی کر گیا کہ مجکو خون آنے لگا۔ اور مین رات کو ایک
گھنٹہ بھی نہین سو سکتا تھا۔ جسقدر علاج کرتا گیا اُتنا ہی مرض ترقی کرتا گیا۔ میرا ہاضمہ اسقدر
خراب ہوگیا کہ جب مین نے مسہل لئے تو دست آنا تو درکنار، جو دوائی وہ بھی خارج نہین ہوئی۔
مین اپنی زندگی سے نا امید ہوگیا۔ میرے ایک دوست نے مجھکو راے دی کہ مین ڈاکٹر
لوئی کوہنی کے ہاتھ زبون۔
ماہ دسمبر سنہ ۱۹۱۱ء کو مین آپکی خدمت مین حاضر ہوا۔ آپ نے عنایت فرماکر مجکو ایک ہفتہ اپنے
یہان رکھکر اونکا عملی طریقہ بتایا۔ مینے آپکی ہدایت کی پوری تعمیل کی۔ چھہ ماہ مین میری حالت
بالکل تبدیل ہوگئی۔ کھانسی مجکو بالکل نہین رہی۔ اور مین نہایت آرام کے ساتھ سونے لگا
مجکو یہ بھی شکایت تھی کہ میرا وزن بڑھتا تھا۔ ۶ ماہ مین میرا ۵ سیر وزن کم ہوگیا۔ اور ہاضمہ بھی
درست ہوگیا۔ چونکہ میری رخصت ختم ہوگئی تھی لہذا مین اپنے کام پر حاضر ہوگیا۔ چونکہ مرض بہت پرانا
تھا جب مین اپنے کام پر چلا گیا تو سنہ ۱۹۱۲ء مین ایام سرما مین پھر کچھہ کھانسی کی شکایت ہوگئی۔ مگر مین
پھر پورے طور پر اسکو جیسا کہ چاہئے نہین کر سکا۔ اس لئے اس عمل سے ختم موسم سرما مین شکایت جاتی
رہی۔ اگر مین اس عمل کو ۶ ماہ آپکی ہدایت کے مطابق ادا کر لیتا تو مین یقین کرتا ہون کہ مجکو صحت کلی
ہو جاتی۔ اس لئے مینے یہ ارادہ کیا ہے کہ جب مجکو پھر رخصت مل جاوے گی تو اس عمل کو کرونگا۔
اور مین یقین کرتا ہون کہ مجکو صحت کلی ہو جائے گی۔

یہ عمل ایسا نادر ہے کہ نہ میرے قلم مین طاقت ہے نہ زبان مین گویائی ہے کہ اس کے اوصاف
عرض کر سکون۔ کیونکہ اس عمل سے نیز آپکی عنایت جو آپنے عملی طریقہ سکھانے مین میرے حال پر فرمائی ہے
اسکے شکریہ مین عریضہ ارسال کرتا ہون۔ میری خواہش ہے کہ آپ اس کتاب کا جو ہندی کا ترجمہ
فرما رہے ہین اگر مناسب خیال فرماوین تو یہ عریضہ اُس کتاب مین درج فرما دین تا کہ بہت سے اور

بھائیون کو اسکے کرنے کا شوق پیدا ہوا اور جو روز مرہ حکیم اور ڈاکٹر صاحبان کے ہاتھ میں پڑکر ہر قسم کا صرفہ اور تکلیف اوٹھاتے ہین اس عمل کے کرنے سے فائدہ اوٹھاوین +

نمبر ۱ - درد گردہ - بواسیر - درد شکم

بابو جے نارائین صاحب بھارگو - ہیڈ ماسٹر گڈھی (بانسواڑہ) - راجپوتانہ سے لکھتے ہین + کہ "مین بہت خوشی سے یہ ظاہر کئے بغیر نہین رہ سکتا کہ مین نے ان غسلون کے نتیجے بہت ہی عجیب دیکھے ہین - خود عرصہ دراز سے مین بعارضہ **درد گردہ** مبتلا تھا - کئی ڈاکٹری یونانی علاج کئے مگر بے سود - آخر کار آپکی راے لیکر روزانہ تین مرتبہ **فرکشن سٹز باتھ و ہپ باتھ** لیتا رہا اور ہفتہ مین ایک مرتبہ **اسٹیم باتھ** شروع مین جاری کئے مگر بعد مین بند کردے تھے - چار ماہ کے بعد مرض قطعی جاتا رہا +

(پیٹ کا درد)

میری اہل خانہ کو، جو ایک عرصہ سے درد شکم مین مبتلا رہتی تھین صحت ہوئی -

(خونی بواسیر)

میرے رشتہ دار بابو مرلیدھر اکاونٹنٹ ڈونگرپور جو عرصہ دراز سے بعارضہ **خونی بواسیر** مبتلا تھے اور گاہے گاہے ہمیشہ اونکو کئی روز تک خون جاری ہو جاتا تھا - اب جب سے یہ **باتھ** لئے ہین کوئی شکایت نہین ہوئی +

میرے ایک دوست بابو لچھمن لال جو پیشتر حاکم مال ریاست دھار تھے اب اسی عہدہ پر بانسواڑہ تشریف لاتے ہین - فرماتے ہین کہ دھار کے راجہ صاحب جنھون نے مدت تک ڈاکٹری دیونانی علاج اپنے مرض کے لیے کئے - کل لاحاصل ہوئے - اب انکو ان غسلون سے بہت صحت حاصل ہوئی اور وے شروع مین ان غسلون کو فضول فرماتے تھے اب پورے طور پر معتقد ہوگئے ہین تندرستی بہت ہی اچھی ہوگئی ہے - پرہیز غذا کا بہت ضروری ہے - سادہ غذا اور پھل جیسا کہ مصنف نے اپنی کتاب مین لکھا ہے عمل کیا جاوے تو جلد صحت حاصل ہوتی ہے - پرماتما آپکو آنند رکھے کہ ایسے پروپکار کام مین اسقدر مستعدی سے کام کررہے ہین +

نمبر۱۱۔ ذیابیطس۔ (ڈایابیٹیز)

رائے صاحب بابو جوالا ناتھ صاحب بی۔ اے۔ سیکرٹری میونسپل بورڈ چیندوسی لکھتے ہیں کہ:۔

"بندہ دس سال سے مبتلائے مرض ذیابیطس تھا۔ ہر طرح کا علاج ڈاکٹری و یونانی و مصرانی کرایا گیا مگر کچھ فائدہ نہوا حالت روز بروز کمزور اور ردی ہوتی جاتی تھی۔ اور تشنگی کی بھی زیادتی تھی دو سال تک پھوڑوں سے بھی سخت تکلیف ہوئی۔ اور موسم گرما پہاڑ پر گزارنا پڑا۔ جب سے آپ کی ہدایت پر نیا علم شفا بخشی کے ذریعے غسل کیا گیا بندہ بہت اچھا ہے۔ ایک سال سے زیادہ ہوا کہ پھوڑوں سے بھی نجات ملی۔ مقدار پیشاب میں بہت ہی کمی ہے۔ مگر چونکہ پورے طور پر پرہیز ہو سکا کچھ شکایت باقی رہی۔ اگر ہدایت کے مطابق عمل کیا جاوے تو ضرور امید ہے کہ یہ مرض جڑ سے جاتا رہے میرا خیال ہے کہ یہ علاج کل امراض میں نافع ثابت ہوگا۔"

نمبر۱۲ سردرد۔ ڈایابیٹیز یعنی ذیابیطس

بھائی منوہر لال صاحب رئیس لاہور لکھتے ہیں کہ:۔

(ا) مجھے خود اکثر صبح کے وقت ہر روز سردرد ہوا کرتا تھا سیب پالتھ کے دو ماہ کرنے سے اور قدرتی غذا کے استعمال سے وہ روزانہ تکلیف رفع ہوگئی۔ حالانکہ اس کو کئی سال گزرے ہیں اور پھر کبھی پالتھ یا کھانے کا پرہیز نہیں کیا ہے۔ مگر سردرد کے دورے کبھی نہیں ہوئے +

(ب) دوسرے میرے ایک دوست کو ڈایابیٹیز کی تکلیف تھی۔ انکو پالتھ لینے سے بہت فائدہ ہوا۔ آپ نے جو ہندی میں کتاب نیا علم شفا بخشی کا ترجمہ کیا ہے اور اوسکی جو پہلی جلد چھپ گئی ہو تو مہربانی کر کے دو جلد وی۔ پی سے ارسال فرماویں اور دوسری جلد کے چھپنے پر وہ بھی بھیجدیجیے گا تاکہ کتاب مکمل ہو جاوے۔

نمبر۱۳ بخار۔ آنکھوں کا دکھنا۔ کنٹھ مالا۔

ایک صاحب اپنی چٹھی میں لکھتے ہیں کہ:۔ میں چار سال کا بیمار تھا۔ حال میں آپکے زیر علاج رہ کر گیا ہوں میں اب آپ کی کرپا سے اچھی طرح سے ہوں۔ اپنے گھر کا کام تین چار گھنٹے تک خوب کر سکتا ہوں

دو تین میل کا سفر کر سکتا ہوں۔ دونوں وقت اچھی طرح سے بھوک لگتی ہے۔ ایک وقت تین چپاتی اور ہرا ساگ کھا سکتا ہوں۔ دست باقاعدہ ٹھیک ہوتا ہے۔ یہ گئی گذری صحت کا پراپت ہونا آپکی سبھ نظر کا پربھاؤ ہے۔ ایک دن وہ تھا کہ مین قریب قضا کرنے کے تھا۔ جس حالت کو مین ہی جانتا ہوں یا شرمان واقفکار ہین۔ میری گئی ہوئی زندگی کو شرمیان نے ہی جیوودان دیا ہے۔ میری آتما اور میرے گھر والے آپکو بار بار دھنباد دیتے ہین +"

یہی صاحب اپنے دوسرے خط مین لکھتے ہین کہ مینے **نئے علم شفا بخشی** کے بموجب غسلون کا علاج کیا اور اب بھی کرتا ہون۔ اُسکا نتیجہ یہ ہے کہ مین ایک نوزائیدہ انسان اس جہان مین ہون مجھہ مصیبت زدہ انسان کی وہ نازک حالت تھی جس کو صرف آپ اور میرے گاؤن والے اور مین ہی جانتا ہون اور جس کا حال تحریر سے باہر ہے۔ اپنے کاروبار کو آپکا اور ایشور کا شکریہ ادا کرتا ہوا بجا لاتا ہون۔ اس علاج کی تعریف مین کہانتک لکھہ سکتا ہون۔

مین نے اپنے گاؤن مین اپنے چچا صاحب کو ایک سخت بیماری سے دو ہفتہ تک **اسٹیم** اور **ہپ باتھ** دیکر بچایا جنکی عمر پچاس برس کی ہے +

آنکھین دُکھنا۔ اپنے والد صاحب کو آنکھین دُکھنے کی بیماری سے بچایا جو کہ سال بھر مین کئی بار دُکھنے آجاتی تھین جنکی عمر ۶۰ برس کی ہے۔

بخار۔ اپنی ایک بھتیجی کو جس کو بخار نے گھیر لیا تھا تین روز تک صرف ۶ **ہپ باتھ** دیکر بچایا جنکی عمر صرف ۳ برس کی تھی +

کنٹھ مالا کی گلٹی۔ ایک صاحب کو کنٹھ مالا کی گلٹی ہوتی۔ داہنی طرف کا رخسار ورم کرکے قریب قریب ۲½ انچہ بڑھ کر ایک سخت گومڑہ ہوگیا تھا جس کو صرف **سرد گدیان** بغیر غسلون کے استعمال کرکے آرام کیا۔ اور خود میری بہت سی چوٹون اور پھوڑون وغیرہ کو صرف گدیون سے آرام ہوا۔ سب برادران سے عرض ہے کہ اس علاج کو بسر و چشم اٹھا لینا چاہیئے اور ہر ایک کو ایک ایک جلد **نیا علم شفا بخشی** اپنے پاس رکھنا لازم ہے +

اس علاج مین قدرتی غذا کی بڑی بھاری قدر کرنی چاہیئے۔ مگر پرہیز ہی بہت ہی بیماریون کو

کم کر سکتا ہے۔ بد پرہیز ویسے ہی مرتے ہین۔ جن کو بھس دستیاب نہین ہو سکتے وہ بجائے بھل کے روٹی کو صرف نمک سے لگا لگا کر کھا دین۔ یہ نہایت مفید اُن شخصون کے واسطے ہے جن کو بہت ہی بدہضمی کی شکایت ہے +

نمبر ۲۱ سل۔ ٹیوبرکیولوسس

مہاشہ جی۔ وی کرشنا راؤ بی۔ اے۔ سیکرٹری کوہنی نیچر کیور سوسایٹی مدراس نے جنکو دق کا مرض ہو گیا تھا اور جو اس لوئی کوہنی علاج غسل سے اچھے ہوئے اپنی حالت مین اس علاج کی کامیابی کا سال جو انھون نے مجھے لکھا ہے فائدہ ناظرین کے لئے ذیل مین درج کیا جاتا ہے۔

پیارے صاحب! مین ایک وہ شخص ہون کہ جو لوئی کوہنی کے لئے نہایت مشکور ہون جن کے علاج نے مجھے سل کے باعث وقت سے پہلے آنے والی موت کے پنجے سے بچا لیا۔

مین اپنا فرض سمجھتا ہون کہ مین اس فائدہ کو جو مجھے ڈاکٹر کوہنی کے بے مثل علاج سے حاصل ہوا ہے سبکے روبرو بآواز بلند ظاہر کرون۔ مین اس امر کو اپنا پاک فرض سمجھتا ہون کہ اپنے مریض بھائیون کے واسطے ظاہر کرون کہ مین لوئی کوہنی کا کتنا احسان مند ہون +

انریری سیکرٹری مدراس کوہنی نیچر سوسایٹی کی حیثیت سے جسمین کہ اب سیکڑون ممبر ہین مجھے اس علاج کو لوگون پر ہر طرح ظاہر کرنے کی لیکچرون خواہ اخبارون کے ذریعے سے بہت ہی اندرونی ترغیب ہوتی ہے۔ مین ہزارون اشخاص سے اپنے امراض کی کہانی اور اونکا اچھا ہو جانا بیان کرتا رہا ہون اور اب مجھے آپ کی کتاب کے ذریعے اس بات کے ظاہر کرنے کا جو موقع کہ حاصل ہوا ہے اسکی مجھے بہت خوشی ہے کہ میری کہانی میرے اُن ہزارون ہندوستانی بھائی اور بہنون کے پاس تک پہونچیگی جنکے ہاتھ مین آپکی کتاب ایک نہ ایک دن ضرور ہوگی +

اب میری کہانی سُنئے ۸ سال ہوئے جب میری عمر ۱۷ سال کی تھی کہ مین پھیپھڑونکی دق یعنی ٹیوبرکیولوسس آف دی لنگس کے پنجے مین پھنس گیا۔ شروع شروع مین ایک طرح کی سوکھی کھانسی۔ سانس لینے مین دقت۔ ہلکا بخار۔ دل کی دھڑکن۔ آنکھ اور ہاتھ پاؤن کی جلن اور رفتہ رفتہ گوشت کا کم ہونا۔ ظاہر ہوتے۔ اسکے علاوہ اور بھی خرابیان جیسے رات کو پسینہ آنا۔

ٹھنڈ لگنا - ملیریا بخار - بدخوابی وغیرہ لاحق ہوئین -

اپنی بیماریون کے پورے پورے حالات لکھنے کے لئے بہت ہی جگہ چاہئے لیکن مختصر طور سے لکھتا ہون کہ تقریباً ۱۰ ماہ ایلوپیتھک دیسی اور ویدک ادویات کا علاج مشہور حکیمون سے کرایا اور بہت زر بھی صرف کیا تو موت کے دروازے کے بہت قریب پہنچ گیا -

جو کچھ ڈاکٹرون نے اپنی اپنی سمجھ کے مطابق مجھے کرایا مین نے ویسا ہی کیا - کڑوی اور بدبودار دوائیان کاڈلور آئل (مچھلی کا تیل) کریوزوٹ کی گولیان - اور اکثر بری بری اشیاء قبول کی گئین - آب ہوا تبدیل کرنے کی بھی صلاح دی گئی اور ایسا کیا بھی گیا لیکن کسی سے کام نہ چلا - اس وقت جبکہ مین دیکھنے مین زندہ پنجر ہی معلوم ہوتا تھا - پیلا اور بہت کمزور تھا اور جبکہ میرے چہرے کی ہر لکیر سے موت کا پیغام لکھا ہوا ظاہر تھا اور جبکہ ڈاکٹرون نے مجھے لاعلاج کہہ کر چھوڑ دیا تھا تو اتفاق سے **لوئی کوہنی** کی تمام دنیا مین **مشہور کتاب** کا تیلنگی بھاشا کا ترجمہ میرے ہاتھ آیا - اگرچہ شروع مین مجھے امید نہ تھی کہ مین اس سے اچھا ہو جاؤنگا - لیکن مین کچھ اور کر بھی نہین سکتا تھا - اس وجہ سے مین نے اس علاج کے غسل لینے شروع کئے - اول ہی کے چند غسلون نے مجھے عجیب فائدے پہونچائے اور ایک ماہ کے اندر مین ایک چھوٹی سی پہاڑی پر چڑھنے کے قابل ہو گیا - اس سے پیشتر مین مشکل ہی کچھ قدم چل سکتا تھا -

چار ماہ مین مین اس قابل ہو گیا کہ قریب ۱۲ میل ایک ساتھ پیدل چل سکتا تھا جو کہ میرے دیکھنے والون کو تعجب کی بات معلوم ہوتی تھی - اول مینے ۳ **فریکشن ہپ باتھ** ۱۰ منٹ کے روزانہ لئے پھر دو **سٹز باتھ** تین تین منٹ کے اور ایک **ہپ باتھ** ۱۰ منٹ کا روزانہ لینے لگا -

کھانے کی بابت مین **کوہنی صاحب** کے اصول کے مطابق ٹھیک ٹھیک چلا - نمک بھی چھوڑ دیا اور بغیر چھنے آٹے کی روٹی - چاول - دودھ - پھل اور اُبلے ہوئے ساگ کھائے - چار ماہ گزرنے پر جبکہ مین دیکھنے مین تندرست معلوم ہوتا تھا بہت سے کرائسس پیدا ہوتے جیسے بخار - پھوڑے دست (سنہالی) وغیرہ پیدا ہوئے - اور اس وقت مجھے پنڈت کرشنا چاریہ گنوڑ کے ایک مشہور عالم کی مدد ملی پڑی - جنہون نے اس علاج کے غسلون کا اپنے اوپر تجربہ کرکے ایوروید کا پڑھنا پڑھانا

چھوڑ دیا تھا۔ جو کہ اِس نئے علاج کے جاننے سے پیشتر وہ کیا کرتے تھے - انکا مین نہایت شکرگزار ہون کیونکہ اونھون نے اپنی صلاح اور تجربات بغیر فیس کے مجھے دیئے اور اونکی مدد سے مین اِس لایق ہوگیا کہ میری تمام تکلیفات رفع ہوگئین۔ اور اندر ۳ سال کے بیچ مجھے کامل صحت ہوگئی۔ خوش قسمتی سے میرے پاس میری مختلف حالتون کی تصاویر (فوٹو) موجود ہین اور انکو مین بڑی خوشی کے ساتھ دیکھنے والون کو دکھلاؤنگا۔

جو کوئی میری پہلی پنجر کی سی تصویر دیکھتا ہے اور پھر تندرست ہونے کے بعد کے فوٹو کو دیکھتا ہے وہ اچنبھا کرنے لگتا ہے۔

اپنے آپ کے آرام کرنے کے بعد مین چپ چاپ نہین رہ سکتا تھا۔ مین نے بہت سے مریضون کا علاج کیا اور کئی اشخاص کو بڑے بڑے امراض سے بچایا۔ اس سے مجکو محبت ہوتی تو مین نے ادہر اُن مریضون کو مفت مشورہ دینے کے لئے ایک سوسایٹی قایم کی۔

اس طرح مینے ابتک قریب ۱۵۰۰ مریضون کے علاج کیا ہے جو سخت امراض مین مبتلا تھے میرے لئے یہ بتلانا کہ کیا کیا علاج ہر شخص کی حالت مین کیا گیا مشکل ہوگا۔ اگر کسی کو اس طریق علاج پر ذرا بھی شک ہو اور اپنا شک مٹانا چاہے تو مین اُن سے یہی کہونگا کہ:-

"میرے پاس آؤ اور مجھہ سے باتین کرو۔ اور دیکھو۔ مین اُس کو انھین اشخاص کے پاس لیجاونگا جو کہ **کوہنی صاحب** کے طریق علاج کی عجیب و غریب کامیابیون کی زندہ مثال ہین۔ اور معزز اشخاص کی بہت سی چٹھیان بھی مین اُن کو دکھلا سکتا ہون جنمین عجیب و غریب کامیابیونکا ذکر ہے +

مختصراً مین اس جگہ پر کچھ ضروری باتین تحریر کرتا ہون جنکو اُن اصحاب کو خیال مین رکھنا چاہئے جو اس علاج کو کرنا چاہین +

(۱) اس علاج کے شروع کرنے سے پیشتر یہ پختہ ارادہ کر لینا چاہیئے کہ اس کو پورے طور پر استقلال کے ساتھ کیا جاتے۔

(۲) ایسے اشخاص کے صلاح اور بتلائے ہوئے راستہ پر چلنا چاہیئے جس کو اس علاج مین

کم سے کم ایک سال کا تجربہ ہو۔

(۳) اس علاج کے بارے مین ڈاکٹرون سے صلاح کبھی نہ لیجاوے۔ وہ بہت توڑ دینگے یا تم کو اچھی صلاح نا بیکین گے اور اُس سے تمکو نقصان ہوگا +

(۴) ایک دن مین تین دفعہ سے زیادہ اس علاج مین بتلائے ہوئے غسل مت کرو اور نہ کوئی غسل ۳۰ منٹ سے زیادہ کرو جب تک اسکی بابت اس علاج کا واقفکار تم کو صلاح نہ دے +

(۵) بہت ٹھنڈے پانی کا استعمال مت کرو جس سے ٹھرن پیدا ہو۔

(۶) علاج کے شروع کے ایام مین کوئی سخت محنت کر کے گرمائی مت لاؤ۔ کھلے میدان مین ٹہلنا سب سے بہتر ہے +

(۷) کالی مرچ سُرخ مرچ اور ہینگ کو استعمال مین نہ لاؤ۔

(۸) بُری عادتون کو اور نشون و گرم مصالحون کو رفتہ رفتہ چھوڑ دو۔

(۹) سب طرح کی دال اور ساگون مین کند (جڑ مین پیدا ہونے والی ترکاریان) مت کھاؤ +

(۱۰) بخار کی حالت مین پچکاری کا استعمال کرنا اور بھوکا رہنا بہت نفع دیتے ہین +

(۱۱) اسہال پیچش۔ قبض وغیرہ کی حالت مین پیڑو کا اسٹیم باتھ بہت مفید ہے +

(۱۲) ہفتہ وار اسٹیم باتھ سے زیادہ نہ لو۔ لیکن مقامی اسٹیم باتھ پیرون۔ ہاتھون۔ پھوڑون اور جوڑون پر ضرورت ہو تو روزانہ لئے جاسکتے ہین۔

(۱۳) دماغی کام جہانتک ہوسکے مت کرو اور اپنے دل کو بہت دُکھی مت رکھو +

(۱۴) علاج کے ایام مین جماع سے پرہیز کرو۔ جب کہ مرض سے افاقہ ہوچکا ہو اور طاقت بھی بڑھ گئی ہو اور قوت زندگی بھی بڑھ آئی ہو تو زیادہ سے زیادہ پندرہ دن مین ایک بار ایسا کرسکتے ہو +

مین نے اس علاج کے متعلق کچھ ہدایات جو کام مین آنے والی ہین ایک چھوٹی سی انگریزی کتاب مین لکھی ہین۔ ان سے علاج شروع کرنے والون کو ٹھیک ٹھیک علاج کرنے مین مدد ملے گی۔

یہ کتاب اور ایک دوسرا چھوٹا پمفلٹ میرے پاس سے ایک روپیہ مین مل سکتے ہین۔ جنکی بکری سے جو نفع ہوتا ہے وہ ہمارے اس پوتر کاریہ کے پرچار کرنے مین سہاتا پہونچاتا ہے +

مین ہر ایک شخص کو یہی صلاح دونگا کہ اس علاج کے کرنے مین کسی تجربہ کار شخص سے مدد لیوے اور بلا سوچے سمجھے کچھ کر نہ بیٹھے۔

کسی وقت مین مین امید کرتا ہون کہ مین جرمنی جاکر اسکو اور بھی اچھی طرح سیکھونگا اور لوٹنے پر مین دوسرون کو بھی سکھاؤنگا۔ تاکہ اس علم کے ہوشیار لوگ مریضون کو صلاح دینے کے لئے مل سکین۔

اب بھی ہندوستان کے کئی ایک حصص مین ایسے لایق شخص ہین جو اس علاج پر چلنے والون کو ٹھیک ٹھیک راستہ بتا سکتے ہین۔ اگر ہو سکے تو انکی مدد لینی چاہیئے۔

مجھے امید ہے کہ آپکا ہندی بھاشا کا ترجمہ ہزارون ہندی جاننے والی استری پرشون کے لئے تمام ہندوستان مین مفید ثابت ہوگا۔

آپکا نہایت سچا خیرخواہ

جی۔ وی۔ کرشنا راؤ۔ بی۔ اے۔ آنریری سکریٹری کوہنی نیچر کیور سوسایٹی

۱۴۴ اتھمبو چیٹی اسٹریٹ مدراس

نوٹ۔ یہ صاحب اُردو۔ ہندی نہین جانتے اگر کوئی صاحب ان سے خط وکتابت کرین تو انگریزی مین کرین اور اب اکتوبر ۱۹۱۲ء مین آپکا قیام بمبئی مین ہے۔ وہان پرنسس اسٹریٹ (سٹرک شاہزادہ) کے پتہ سے خط پہونچ سکتا ہے +

نمبر ۱۵۔ زکام۔ آنکھون کا دُکھنا۔ سر درد۔ بانجھ پن

لالہ ستیہ سین صاحب جبنی رئیس کاندھلہ اس علاج کی بابت اپنے تجربات مین کامیابیون کا بیان اپنے خط مین اس طرح کرتے ہین۔

میرے تجربات کے بارے مین صرف چند تجربات ہین جو کہ ذیل مین درج کرتا ہون۔ زیادہ تجربے اس لئے نہین ہوتے کہ لوگ عموماً غسلون کی تکلیف گوارا نہین کرتے اور ہمیشہ اس

دُھن مین رہتے ہین کہ جلد آرام ہو۔

اور ہر ایک شخص کو یقین دلانا اور استقلال پیدا کرنا مشکل ہے اور بعض بعض اپنی زبان کے قابو مین ہوکر غذا کو ترک نہین کرسکتے۔ چند دوستون کو یہ کتاب منگوادی ہے۔

جہان سے سنا گیا کہ اس علم کے مفید ہونے مین کوئی شک نہین۔

اگرچہ بعض دفعہ دیر مین آرام خفیف ہونے کی وجہ سے اعتقاد مضبوط نہین رہتا مگر عموماً مفید ہے۔

مین نے خود ان کو اس طرح آزمایا۔

زکام مین

(ہمیشہ تازہ پانی مین) ان غسلون کا استعمال بہت موثر ثابت ہوا۔ اکثر **ایک ہی فرکیشن ہپ باتھ سے معمولی زکام جاتا رہا** ورنہ چند غسلون کے بعد زکام کا نشان نہین رہتا معمولی **سر درد** بھی بہت جلد آرام ہوے۔ **آنکھون کے آشوب** ہوجانے کو روکنے مین لاثانی ہے۔

ہر قسم کے جوش کو

روکنے مین کامیابی حاصل ہوتی ہے۔ مگر مادہ فاسد بہت غسلون کے کرنے سے خارج ہوتا ہے۔ **بے چینی جلد رفع ہو جاتی ہے۔** گو غسلون کے چھوڑ دینے کے بعد کو پھر پیدا ہوجاتی ہے۔

غسلون کے بعد ہمیشہ طبیعت مفرح رہتی ہے۔ کچھہ غسلون سے مادہ فاسد خارج ہوجانے سے بدہضمی ہوتا مین کام کرنا ناگوار نہین بلکہ خوشگوار معلوم ہوتا ہے +

مستورات جو اولاد کی خواہشمند ہون استقلال کے ساتھ غسل کرنے سے برابر کامیاب ہوسکتی ہین"

نمبر ۱۶۔ خارش۔ چیچک۔ بخار

بابو رام پرشاد جی سکرٹری سنٹرل بنک لمیٹڈ چاندپور ضلع بجنور اپنے خط مین اس علاج کے متعلق لکھتے ہین کہ:۔

آپ سے ایک جلد "دی نیو سائنس آف ہیلنگ" منگائی تھی اسکے ذریعہ سے مین نے پانی کا علاج کیا تو میری **خارش رفع ہوگئی۔**

اور مین نے اس علاج کو صدہا **بخار والون** اور چیچک والون پر آزمایا فوراً شفا بخشی۔ واقعی آپ نے یہ ترجمہ بہت ہی قابلِ قدر کیا ہے۔ پبلک کو اس سے بہت بڑا فایدہ ہوگیا ہے آپ کا شکریہ کس طرح ادا کرون +

نمبر ۱۷۔ چودھری رام سروپ سنگہ جی نگینہ ضلع بجنور سے لکھتے ہین کہ:۔

مین اور پدھانی بیلاش کنور صاحبہ آپکے اس مشورہ کے نہایت ہی مشکور ہین جو آپ نے چودھری پورن سنگہ معالج سے علاج کرانے کی بابت دیا۔ علاج پانی نے تیر بہدف کام کیا جسمین کہ ہم سب بہت ہی پریشان تھے **حکیم اور ڈاکٹرون** کی جتنی خدمت ہمین کرنی پڑتی تھی ہم ہی جانتے ہین۔ اب کوئی شکایت نہین صرف کمزوری باقی ہے۔

نمبر ۱۸۔ سوزاک۔ دق۔ جذام۔ ڈایابیٹز (ذیابطیس)

خان بہادر جناب حکیم خادم حسین خان صاحب آنریری مجسٹریٹ ورئیس شاہ آباد ضلع ہردوئی سے قریب ایک ہزار مریضون اور اپنے سیکڑون دوستون پر اس **نیا علم شفا بخشی** کا تجربہ کرکے کامیابی کی بابت تحریر فرماتے ہین:۔

بیشک آپ سے نیک طبیعت اور خیر محض احباب کی ضرورت اس ملک کو ہے۔ اور جو فایدہ ملک کو آپکی تالیفات نے پہونچایا اور جو پہونچ رہا ہے وہ بہت قابل مشکوری ملک ہے۔ خداوند کریم آپکی ہمت مین اور ترقی کرے۔ مین نے صرف آپکی کتاب **نیا علم شفا بخشی** کو پڑھا بلکہ خود بھی تجربہ کیا اور صدہا احباب کو اوسکے تجربہ کی طرف توجہ دلائی۔

یہ ملک اس طریقہ علاج کا محتاج بہ نسبت یورپ کے ہے۔ مگر اس ملک مین ابھی تک ایسے نیک طبیعت اصحاب کی کمی ہے جو ایسے شفاخانے جاری کرکے ملک کی مصیبت کو کم کرین۔ مگر شکر ہے کہ بطور خود اب لوگ اس طریق علاج سے اُن امراض مین فایدہ پاتے ہین جنمین شفا سے ناامیدی

ہوگئی تھی۔ مجھے آپکی کتاب دیکھنے کے بعد خیال ہوا کہ اون نسخہ جات کا تجربہ کرون۔ ایک سال خود استعمال کیا گو مجھے کوئی خاص شکایت نہ تھی مگر تاہم مجھے انکے نیک اثر کا کامل یقین ہوگیا۔ اور پھر میں نے دیگر مریضون پر قریب ہزار کے تجربہ کیا جسمین سے چند اہم اور قابل ذکر ہین۔

سوزاک حاد

ایک مریض عارضہ سوزاک حاد کا میرے سامنے لایا گیا جسکی حالت طریقہ علاج سے قابل صحت نہ تھی۔ تین روز سے پیشاب بند تھا۔ بخار بشدت تھا۔ اور جان کندنی کی حالت معلوم ہوتی تھی۔ زیر ناف مثل پتھر کے معلوم ہوتا تھا اور تمام پیٹ پر سخت ورم تھا۔ آجتک مین نے ایسا سخت مریض نہین دیکھا۔ فوراً مینے اس طریق علاج کی بابت مشورہ دیا۔ جب مریض نے اپنی حالت پانی مین بیٹھنے کے لایق نہ بیان کی تو مجھے مجبوراً کہنا پڑا کہ اور طریقہ علاج سے میری راے مین شفا نہین ہوسکتی۔ مجبوراً مریض نے قبول کیا اور صرف تین روز مین تندرست ہوگیا۔ گو کامل صحت کے واسطے ایک ہفتہ کی ضرورت ہوئی +

دق کا علاج

قریب ایک درجن کے مایوس مریضان دق کا علاج اس طریقہ سے کیا گیا اور سب بفضلہ تعالے شفایاب ہوگئے +

جذام

ایک مریض جذام کا زیر علاج ہے جس کا اکثر حصہ بدن کا سُن ہوگیا تھا۔ اور زخم بھی شروع ہوگئے تھے ایک سال کا عرصہ اس کو اس طریقہ سے علاج کرتے ہوا ہے۔ مریض نہایت غریب ہے اور مین اب اسکو قریب صحت کے خیال کرتا ہون۔ مگر اُس مریض نے کامل استقلال سے علاج کیا ہے۔

ڈایابیٹز یعنی ذیابطس

چند مریضان جنکو شب و روز مین پچاس بار پیشاب کو جانا ہوتا تھا اور ہر گھنٹہ ایک گلاس پانی پینے کی ضرورت تھی دو دو تین تین ماہ کے علاج سے شفایاب ہوتے۔ غرضکہ عورتون۔ بچّون۔

جوانون - بوڑھون پر مختلف امراض مین تجربہ کرکے اسکا مفید ہونا ثابت ہوا ہے۔
گو میرے مطب مین ہومیوپیتھک طریقے سے علاج ہوتا ہے مگر خاص خاص مریضون کو مین
اس مفید طریق علاج کی طرف توجہ دلاتا ہون اور فائدہ دیکھتا ہون - میرے بہت سے احباب
اس طریق علاج کو استعمال کر رہے ہین - آپ کو معلوم ہوا ہوگا کہ میرے ذریعہ سے کس قدر کتاب
نیا علم شفا بخشی کی طرف لوگون کی توجہ ہوئی ہے - مجھے امید ہے کہ جب کتاب "کیا مین تندرست
ہون یا بیمار؟ اور کتاب "سائیس آف فیشیل ایکسپریشن" طبع ہوجاوینگی تو بہت لوگ فائدہ اوٹھاوینگے
افسوس کہ پیشہ ور طبیب اور ڈاکٹر اسکی بہت مخالفت کر رہے ہین - شاید اونکو خیال ہوتا ہے کہ اونکی
روزی کے ٹھیکرے مین چھید ہوجاوے گا - افسوس بُرا ہو خود غرضی کا - مین آپکی اس علمی خدمت کا
بدرجہ کمال مشکور ہون اور تمام وہ لوگ مشکور ہونگے جو اس طریقہ علاج سے نفع اوٹھاوینگے +"

نمبر ۱۹ ہسٹیریا - سیلان رحم - قرار حمل

ایک لایق اور معزز صاحب نے جو یوپی مین ڈپٹی کلکٹر ہین اس طرح اپنے خط مین ایک مریضہ کے
علاج کے بارے مین لکھا ہے -

"ایک عورت تھی جو کئی سال سے ہسٹیریا کے مرض مین اور خراب قسم کے سیلان رحم مین مبتلا تھی - وہ
جوان عمر کی عورت تھی جسکی شادی ہوئے ۸ سال ہوگئے تھے لیکن کبھی حاملہ نہ ہوئی تھی - ہسٹیریا کے دورون
سے اوسکے شوہر کو بڑا فکر تھا اور کسی دوا سے اوسکو فائدہ نہوتا تھا - ایک ہفتہ حیض ہونے سے
پہلے اور بعد اوسکی طبیعت بہت خراب ہوجایا کرتی تھی - اور اگرچہ اوسکی عادت اچھی تھی لیکن وہ چڑچڑی
مزاج کی ہوگئی تھی - مینے اُس کو اس علاج کی طرف توجہ دلائی اور **دو سٹز باتھ** اور **ایک
ہپ باتھ** روزانہ لینا بتلایا - اُس نے میری بتلائی ہوئی غذا پر پورا پورا عمل کیا -
پانچ ماہ کے بعد مجھے معلوم ہوا کہ اوسکے ہسٹیریا کے دورے ۳ ماہ مین ہی دور ہوگئے تھے اور
وہ حاملہ ہوگئی تہی - اب اوسکی گود مین ایک اچھا اور تندرست بچہ نو ماہ کا موجود ہے اور
ہنستا کھیلتا ہے"

نمبر ۲۰ - بابو شب شنکر لال پوسٹ آفس سدہور ضلع بارہ بنکی سنتہ اس علاج غسل کی اردو کتابوں کو پڑھ کر اپنی اور اپنی بی بی و بچوں کی بیماریوں کا علاج کر کے فائدہ اٹھایا تھا وہ ۲۹ دسمبر ۱۹۱۱ء کے خط میں یوں لکھتے ہیں کہ :-

پرم پوجیہ وکیل صاحب - نمسکار - ۲۷ مئی ۱۹۱۱ء کے خط میں میں نے اپنی بی بی اور لڑکے کی بیماری کا حال لکھا - تب سے سائنس آف فیشیل ایکسپریشن کے دیکھنے کی نوبت اب آئی ہے - اور اب میری آنکھ پیشتر سے بہت زیادہ اچھی ہے - اور لقبیہ کی حالت بھی قابل اطمینان ہے - ہم سب کا نام و نشان دنیا سے مٹ گیا ہوتا - اگر آپکی بدولت یہ کتابیں ہم کو میسر نہ آتیں - اسکے لئے ہم تو تادم مرگ آپکے مشکور رہیں گے - امید کہ مزاج عالی بخیر ہوگا + ''

آپکا احسانمند شب شنکر لال

نمبر ۲۱ - فیل پا - اور بخار

شکریہ کے ساتھ التماس ہے کہ نیا علم شفا بخشی سے فیلپا کے ایک لاعلاج مریض کو تعجب خیز نفع حاصل ہوا ہے جس کو ڈاکٹروں نے صاف انکار کر دیا تھا - مریض کو فریکشن ہپ اور سٹز باتھ روزانہ اور ہفتہ وار اسٹیم باتھ کرانے دو ماہ میں مرض بالکل جاتا رہا +

نمبر ۲۲ - بخار

'' مجکو بھادوں میں موسمی بخار ۸ دن آیا - پہلے اسٹیم باتھ پھر ہپ باتھ لئے - دو روز میں بخار کا نام بھی نہیں رہا - اس لئے تمام اصحاب سے التماس ہے کہ اس نئے علاج میں کچھ بھی شک نکریں ''

خیرخواہ عام شبھ رت شرما ساکن حسن پور ضلع میرٹھ

نمبر ۲۳

شری مان ڈاکٹر مکھن لال ورما - ریٹائرڈ سب اسسٹنٹ سرجن اس نوین آروگ پردو دیا کو بیوہار میں لاکر اپنے اور دوسروں کی چکتسا میں بہت سی سہولتیں پراپت کر کے اس ودیا میں اپنا اتی انوراگ پرکٹ کرتے ہوئے مجھے من لکھت پتر لکھتے ہیں جو کہ پاٹھکوں کو اوش اس چکتسا کی اور آکرشت کریگا +

مہاشہ جی جنوری ۱۸۸۴ء میں میری ماتا کا دیہانت ہوا۔ جس سے کہ میرا من ڈاکٹر ودیا کے سیکھنے کی اور آکرشت ہوا۔ پرنتو ماتا کی مرتیو کے تین ہی دن بعد میرے جیشٹ بھراتا جی کا بھی دیہانت ہو گیا۔ جس نے میرے من میں بڑی شیگھرتا اُتپن کی۔ کہ میں ڈاکٹری ودیا کو شیگھر اور اوش سیکھوں۔ اور جون ماس میں جاکر میڈیکل اسکول آگرہ میں پرویش ہو کر کیمسٹری فارمیسی۔ میٹریا میڈیکا۔ اناٹومی۔ سرجری۔ میڈیسن۔ فزیالوجی۔ مڈوائفری۔ ایڈمنسٹریٹو آئی ڈیزیز۔ میڈیکل جیورس۔ اتیادی ودیاؤں کو پڑھ کر ۱۸۸۸ء مئی ماس میں اوتیرن ہو کر بنا پراپت کر پرائیوٹ میڈیکل پریکٹس کچھ دن آگرہ اور بلند شہر میں کرتا ہوا انگلینڈ جانے کی طیاری کی۔ تاکہ اس ودیا میں پورن تا پراپت ہو سکے۔ پرنتو بھاگ وش وہاں نہ جا سکا اور جنوری ۱۸۹۲ء میں گورنمنٹ سروس برہما دیش میں چلا آیا۔ اور میڈیکل سروس میں انیک استھانوں میں رہتے ہوئے لاکھوں آدمیوں کی چکتسا کی۔ پرنتو مجھے بھی انیک روگوں نے گھیر رکھا تھا۔ اوشدھی کھا کھا کر اپنا سمے کاٹتا رہا۔ مسمریزم بھی سیکھا۔ میری استری کا دیہانت ۱۹۰۲ء ستمبر ماس میں جہی روگ سے ہوا۔ جس پر ہزاروں اوشدھی کی گئیں پر کچھ لابھ نہ ہوا۔ اپنی آنکھوں کے سامنے سیکڑوں۔ نر۔ ناری بچے مرتے دیکھے۔ پرنتو کوئی ایسا علاج ہاتھ نہ آیا کہ جس سے روگ بھلے پرکار دور ہو سکیں۔ من ہی من میں کڑھا کرتا تھا کہ تو اپنے روگوں کو بھی اچھا نہ کر سکا تو تو دوسروں کو کیا لابھ پہونچا سکتا ہے۔ کسی پرکار میں ویایام۔ پرانا یام۔ سادہ بھوجن آدی سے اپنا جیون نرواہ کرتا رہا۔ ۱۹۰۹ء مئی ماس میں۔ میں مقام میمو ریلوے ڈسپنسری کا انچارج ہو کر آیا۔ یہ مقام سمدر کی سطح سے قریباً ۳۵۰۰ فیٹ اونچا ہے۔ اس لئے میری تندرستی کچھ سدھر گئی۔

جنوری ۱۹۱۰ء میں ماسٹر گوپال داس کا جو پنجاب وزیرآباد کے باشندے ہیں درشن ہوا۔ انھوں نے مجھے کہا کہ ڈاکٹر صاحب آپ کیوں ان دوائیوں میں اپنا وقت کھوتے ہیں جبکہ ساری بیماریاں جل۔ اگنی۔ وایو۔ اور ہوا سے ہی اچھی ہو سکتی ہیں۔ میں نے یہ بات سُنکر اتعجب کیا اور کہا کہ اگر ایسا ہو سکتا تو ہماری گورنمنٹ کیوں کروڑوں روپیہ ڈاکٹروں کو تنخواہوں میں دیتی تب انھوں نے کہا کہ آزمائش کر دیکھئے۔ تب اپنی راے دیجئے۔ میں نے یہ بات منظور کی اور

یکم فروری سنہ ۱۹۱ء کو پہلا فریکشن باتھ کیا۔ تین ہی دن فریکشن ہپ باتھ کے کرنے سے میرے قبض مین غیر معمولی فائدہ ہوا۔ تب تو میرا من جل چکتسا کے قاعدون کی طرف جلدی سے ہو گیا اور مین نے ماسٹر صاحب سے التجا کی کہ اگر کوئی پستک جل چکتسا کے اوپر ہو تو مجھے دیجئے۔ اونھون نے ۵ فروری کو آپکی ترجمہ کی ہوئی کتاب نیا علم شفا بخشی لا کر دی اور مین نے اسکو بڑے غور سے پڑھنا شروع کیا اور اسکے قاعدہ کو پالن کرتا ہوا اپنی بیماریون کے آرام کرنے کی چنتا مین لگ گیا۔ مجھے یہ بیماریان ستا رہی تھین +

میرا بایان دھڑ کمزور تھا اچھی طرح دوڑ نہین سکتا تھا۔ قبض دائمی تھا۔ جریان کا مرض بیس برس سے تھا۔ آنکھین اپنا کام بلا چشمہ کے پورا نہین کر سکتی تھین۔ جب دھوپ مین جانا پڑتا تو سر مین درد ہو جایا کرتا۔ رانون مین داد تھے۔ پاؤن کی چھوٹی انگلیون مین زخم ہو جایا کرتے تھے۔ زکام ہر تین چار یا کبھی کبھی دو ماہ بعد ہو جایا کرتا تھا جس سے کبھی کبھی چھاتی مین دمہ کی سی علامات ظاہر ہو جاتی تھین۔ میرے چھ دانت ہل گئے تھے۔ اور ہر سال داہنی بھون مین درد ہو جایا کرتا تھا۔ سستی۔ کاہلی۔ پست ہمتی رہا کرتی تھی۔ کانون سے کم سنائی پڑتا تھا۔ سر کے سامنے بائین طرف ایک گومڑی تھی جس کا قد ۲×۱½ انچھ تھا اور موٹائی چوتھائی انچھ تھی۔

مین نے نیا علم شفا بخشی کو تین مہینے تک خوب پڑھا۔ بعد کو "دی سائنس آف فیشل اکسپریشن" کو بابو راجہرن لال جی سے منگا کر پڑھا اور ان کتابون کے اوپر پورا عمل بھی کرتا رہا۔ دوسرے بیمارون پر بھی آزمانا شروع کر دیا۔ مینے پہلی فروری سنہ ۱۹۱ء سے ۳ فروری تک ۳ فریکشن ہپ باتھ کئے اور ۴ فروری کو پہلا اسٹیم باتھ لیا تھا جسکے بعد مجھے بہت ہی آرام معلوم ہوا۔ روٹی بلا چھنے آٹے کی۔ پھل۔ اور ترکاری بنا گھی اور مصالحہ کے کام مین لاتا رہا۔ نتیجہ یہ نکلا کہ جریان کا روگ ۶ ماہ مین اچھا ہو گیا۔ قبض بالکل جاتا رہا۔ پاخانہ ایسا صاف آنے لگا جیسا کہ مسٹر کوہنی نے اپنی کتاب مین لکھا ہے۔

بائین دھڑ کا بار کم ہوتا گیا۔ سر کا درد ہمیشہ کے لئے چلا گیا۔ ڈیڑھ سال کے بعد علاج سے میری آنکھون مین

روشنی آنے لگی - اور سر پر جو گمڑی تھی وہ گھٹ کر چوتھائی رہ گئی +

اب چشمہ بغیر کام چلنے لگا - داد کا نام نشان ہمیشہ کے لئے مٹ گیا - گھائیوں کے زخم بھی سوکھ گئے - بدن میں مضبوطی اور طاقت آگئی - چہرہ بدل گیا - سفید بال سیاہ ہونے لگے -

دانت اپنی اپنی جگہ جم گئے - مگر میں نے علاج جاری رکھا اور تین برس تک برابر کئے گیا +

میری خوراک ایک برس بعد کچے گیہوں - چنا - مکئی - تازہ موسمی پھل اور سبز ترکاریاں ہی رہی پانی کبھی پینے کے کام میں نہ لاتا تھا نہ پیاس لگتی تھی اور ساتھ ہی ساتھ سیکڑوں روگیوں کو اچھا کرتا گیا - جنمیں سے تھوڑوں کا حال آگے لکھونگا -

مجھے اس علاج کے ہاتھ آنے کی اسقدر خوشی ہے کہ اسکے اظہار کے واسطے نہ تو میرے پاس کافی الفاظ ہیں نہ زبان میں ہی طاقت ہے کہ بیان کرسکے - جب مجھے یہ علاج پسند آیا تو میں اسکی سفارش اپنے پیشہ داروں سے بھی کرنے لگا - اگرچہ اول اول وے بھی میری بات کو دل لگی میں اڑانا چاہتے تھے مگر میں نے جب اونھیں اپنے تجربے دکھلا دیتے تو اونھوں نے اس نئے علم کے سامنے اپنا سر جھکا یا +

سب سے پہلے میرے ہم پیشہ دوست **ڈاکٹر مقبول عالم** جو سب اسسٹنٹ سرجن کیمپ لارڈ صاحب بہادر کے تھے جن کو مرض **اسے پینڈ ہی سائیٹس** تھا - یعنی پیڑو میں سوزش کا مرض تھا جو فقط دو روز تک بغیر مصالحہ و گھی کے ترکاری پھل و بنا چھنے آٹے کی روٹی کے استعمال سے آرام ہو گیا اسکے واسطے میں نے پہلے تین دن **فریکشن ہپ باتھ** ۲۰ منٹ کے کروائے - پھر ایک سٹز باتھ صبح کو اور ایک **ہپ باتھ** شام کو اور ہفتہ میں دو پورے **اسٹیم باتھ** تجویز کئے تھے +

ڈاکٹر صاحب نے بیماری سے اچھے ہونے کے بعد ایک دن گوشت کھا لیا - اوسی دن وہ بیماری پھر لوٹ آئی - مگر پھر جب وہ پرہیزی خوراک کھانے لگے اور باتھ کرنے لگے دو ہفتے میں بیماری سے پھر اچھے ہو گئے - اونکو بھی اس علاج سے عشق ہو گیا اور بہت سے بیماروں پر تجربہ کرتے رہے -

میں نے ڈاکٹر صاحب کو **نیا علم شفا بخشی** کتاب بھی ماسٹر رامچرن لال جی کے پاس سے منگوادی اور اونھوں نے اپنا ارادہ بھی بدل لیا کہ میں پنجاب میں جا کر اس علم کی بنیاد پر ایک **دار الشفا** کھولونگا -

اس پتر میں ڈاکٹر صاحب نے کوئی چالیس روگیوں کی فہرست دی ہے جنکو اس جل چکتسا سے
انھوں نے آرام کیا ہے جنکے متعلق میں اتنا ہی لکھنا کافی جانتا ہوں کہ ان روگوں کو تفصیلوار
ذیل میں درج کروں۔ وہ روگ حسب ذیل تھے۔

دمہ۔ قبض۔ گٹھیا۔ جریان۔ بواسیر۔ پیٹ کی سوجن۔ پاؤں کی سوجن۔ ملیریا بخار۔
ڈایابیٹز (ذیابیطس) ضعف معدہ۔ بھوں میں درد۔ فوطوں میں پانی آجانا۔ موتیا سیتلا۔
کھجلی۔ سفلس کے باعث گٹھیا وٹھنسان۔ فالج۔ جاڑہ بخار۔ کھانسی۔ پرانا سوزاک مرگی۔
کوڑھ۔ منہ سے خون تھوکنا۔ جگر اور تلی کے بڑھ جانے کے روگ۔

شری مہاشئہ شردتریہ جی! یہ مختصر فہرست جو میں نے اوپر دی ہے یہ صرف برائے نام ہے۔
میں نے اس نئے علم شفابخشی سے ابتک سیکڑوں آدمی اچھے کئے ہیں اور اب میرا خیال **ہسپتال
کھولنے کا ہے** جسکے لئے میں نے زمین لیکر پانچ باغ بنوائے ہیں۔ امید ہے کہ پانچ سال
میں مجھے بہت پھل ملیں گے۔ کم از کم پچاس روگیوں کی خوراک اکٹھی کر سکوں گا۔
اسکے لئے پرہاردیش میں پبلک سے چندہ بھی مانگونگا اور اس نیک کام میں میں اپنا کل سرمایہ لگا کر
عام مخلوق کو دکھلاؤنگا کہ سب سے بھلا طریقہ مرضوں کے روکنے اور اچھا کرنے کا **مسٹر کوہنی**
صاحب کا ہی ہے۔

ابھی ہماری گورنمنٹ اس اچھے طریقہ سے ناواقف ہے لیکن امید ہے کہ پوری تدبیر کرنے پر سب کو
معلوم ہوجاوے گا۔ میرا وچار بھارت ورش میں بھی اس اتم چکتسا کے پھیلانے کا ہے اور میں امید
کرتا ہوں کہ آپکا ہندی کا اڈیشن میری بہت ہی امداد کرے گا۔

آیندہ ماہ نومبر میں میرا خیال دیش میں آنے کا ہے تب آپکے بھی درشن کرونگا۔ اس لئے کہ میں اب
سرکاری سروس سے نکل چکا ہوں۔ کچھ پنشن پاتا ہوں اور آیندہ کو پھل دینے والے باغوں کے بنانے
میں لگا ہوں۔ مجھے امید ہے کہ جب میں مراد آباد آؤنگا تو میرے لیکچروں سے آپ عام مخلوق کو فائدہ
پہونچا دینگے۔

جو کچھ مجھے کامیابی حاصل ہوئی ہے وہ آپکے تجربہ کی بدولت۔ اسکے لئے میں آپ کو نہایت بار

دھنباد دیتا ہون اور دیتا رہونگا۔ آپنے اس نئی دویا کے ترجمہ کرنے مین جو عام مخلوق کو فائدہ پہونچایا ہے اوسکا بدلہ پرماتما آپکو ضرور دینگے +

مین ہون آپکا درشن ابھلاشی

ایم۔ ایل ورما۔ ریٹائرڈ سب اسسٹنٹ سرجن وائر کیور میتمیو (برما)

نمبر ۲۳۔ ہڈی کی ٹیوبرکیولوسس۔ سینہ اور کوٹھے پر گومڑی اور ناسور۔ نصف پیرو کے اندر پھوڑا۔ بخار کہنہ

بابو گیندن لال صاحب جو اسوقت نومبر ۱۹۱۶ء مین سردھنہ ضلع میرٹھ کے دفتر سب رجسٹرار مین محرر ہین اونکی حالت مین جو عجیب و غریب کامیابی اس علاج سے ہوئی ہے اوسکا اظہار اونکے مندرجہ ذیل خط سے ہوگا جسکا زیادہ حصہ ناظرین کے فائدہ کے لئے قریب قریب بجنسہ درج کیا جاتا ہے۔ وہ لکھتے ہین کہ :۔

مین اپنا فرض سمجھکر اور بیمارے مریضون کو صبر دلانے کی غرض سے مین آپکی خدمت مین اوس کامیابی کے علاج کا شکریہ ادا کرکے حسب ذیل اپنی حالت بیماری اور طریق علاج کے حالات تحریر کرتا ہون جو کہ آپنے میری گئی گزری زندگی اور صحت کے لئے تجویز فرمایا تھا۔ جو صاحب جس امر کی بابت مجھسے استفسار فرماوینگے بسروچشم جواب عرض کرونگا۔

مین اول مرتبہ ۱۹۰۸ء مین بعارضہ پھوڑا جسمانی کے بیمار ہوا۔ جسکو عمل جراحی سے مادہ کو باہر رفع کردیا۔ اسکے کچھ عرصہ بعد مجکو لاغری۔ دردکمر۔ خرابی ہاضمہ کی شکایت ہونا شروع ہوئی شروع ۱۹۱۱ء مین مین نہایت کمزور ہوتا چلا گیا یہانتک کہ میرا وزن بجاے ایکمن ۲۴ سیر کے ایکمن ۱۱ سیر رہ گیا اور خوراک بھی صرف براے نام قریب ۵ تولہ کے رہ گئی۔ ملازمت کا کام کرنا سخت مشکل ہوگیا۔ اسی درمیان مین مجکو دردکمر اور بخار کے سخت سے سخت دورے پڑنے شروع ہوتے۔ درد کا دورہ پیر دن سے شروع ہوکر بجلی کی رفتار کی طرح سے اوپر کی طرف تمام

جسم میں پھیل جاتا تھا اور یہ دورے ہر پانچ پانچ منٹ میں پڑتے رہتے تھے۔ نیند بالائے طاق ہوگئی تھی۔ شبانہ روز نہایت بے چینی کے ساتھ بیداری میں گزرتی تھی۔ علاج ڈاکٹری و یونانی و وید کی ہر ایک قسم کے کرائے گئے تھے لیکن بدقسمتی سے صحت کلی نصیب نہیں ہوئی۔ البتہ کچھ عرصہ کے واسطے درد کے دورے کم پڑ گئے تھے (دراصل میرے مرض کی تشخیص نہیں ہوئی تھی)

بعد دسمبر سنہ ۱۹۱۱ء میں میری بائیں چھاتی میں درد ہونا چمک کے ساتھ شروع ہوا۔ اور ایک ہفتہ کے بعد **درد کی جگہ پر ایک گانٹھ ورم کی نخود کی برابر پیدا ہوئی** اور وہ بتدریج بڑھتی اور چھاتی سے ہٹتی ہوئی بیچوں بیچ سینہ پر مثل آلو کے گول ہو کر آ جمی۔ اور اسی طریقہ سے میری بائیں کروٹ میں ریڑھ کی ہڈی کے قریب درد ہونا شروع ہوا اور پھر ورم کی گانٹھ نمودار ہوئی جو کوڑی کے برابر تھی۔ وہ بھی بتدریج بڑھتی اور ہٹتی ہوئی بائیں کولھے پر مثل بیضہ کے بڑی مقدار میں ہو کر آ جمی اور پھر آہستہ آہستہ بڑھتی ہوتی چلی گئی۔ ہر دو گانٹھیں ورم کی شکل میں تھیں پھوڑے کی شکل میں نہ تھیں یعنی مادہ فاسد اکٹھا ہو گیا تھا۔ پس ایسی صورت میں اول ڈاکٹری علاج کی طرف توجہ خاص مبذول کی گئی۔ دو ماہ تک غازی آباد میں بھی جبکہ میں وہاں پر سنہ ۱۹۱۲ء سے سب رجسٹرار تھا اسسٹنٹ سرجن صاحب کا علاج کیا گیا۔ لیکن افاقہ نہونے کی صورت میں دہلی۔ میرٹھ وغیرہ میں جا کر مختلف ہر قسم کے علاج کیے گئے تاہم کچھ نتیجہ حاصل نہیں ہوا اور مرض برابر بڑھتا گیا۔ اکثر حکماء و ڈاکٹران نے سوداوی مادّہ تجویز اور تشخیص فرمایا تھا۔ لیکن انکے علاج سے شفا حاصل نہیں ہوتی تھی۔ مجبور ہو کر چند احباب کے مشورے سے اپریل سنہ ۱۹۱۴ء کو میں **کوہ کسولی** چلا گیا۔ وہاں پر جا کر بھی اول ایک نہایت ہی ہوشیار اور مشہور سول سرجن صاحب بہادر کا علاج کرایا گیا۔ سرجن صاحب بہادر نے دو مہینے تک بذریعہ پچکاری کے علاج کیا جسکی وجہ سے بخار میں کمی محسوس ہونے لگی اور کچھ وزن بھی بڑھنا شروع ہوا۔ آخر تک قریب چار سیر کے وزن بڑھ گیا تھا لیکن ورم وغیرہ کم نہیں ہوا۔ جسکی وجہ سے چند سرجن صاحبان بہادر کے مشورہ سے بغرض تشخیص مرض یہ عمل کیا گیا کہ ایک سفید خرگوش بلا دُم کا جو نہایت خوبصورت تھا منگوایا گیا اور میرے سینہ کے ورم میں سے بذریعہ پچکاری کے قریب ۶ ماشہ مواد نکال کر اسی پچکاری کے

ذریعہ سے خرگوش مذکور کے سینہ کے اندر وہی مادہ پہنچایا گیا اور اوسکی پرورش ایک علیحدہ پنجرے مین ہونا شروع ہوئی۔

پندرہ روز کے بعد خرگوش مذکور بیمار رہا اور ایک مہینے کے بعد مرگیا۔ اُس خرگوش کا روزانہ ڈاکٹری ملاحظہ ہوتا رہتا تھا۔ مرنے کے بعد فوراً ہی خرگوش مذکور کا آپریشن سرجن صاحبان نے کیا اور ذریعہ خوردبین وغیرہ کے خرگوش مذکور کے اعضائے رئیسہ دل وغیرہ مین ٹوبرکوسس یعنی ہڈی کی تپ دق کے پھوڑون کے کیڑے دریافت ہوتے۔ جسکی وجہ سے میرا مرض **ہڈی کی تپ دق** کے نام سے تشخیص ہوکر قایم ہوا۔

ڈاکٹر صاحب اسی مرض کا علاج ۶ ہفتے پیشتر سے کر رہے تھے لیکن کولھے اور سینہ پر بوجہ گرانی اخراج مادہ فاسد کے عمل جراحی ہونا قرار پایا تھا۔ چنانچہ ہر دو مقام پر دو دو مرتبہ نہایت زبردست عمل جراحی ہوا۔ یہانتک کہ کولھے کے آپریشن مین تو کمر کے بالشت تک کا اوپر کا حصہ چیر پھاڑ ڈالا گیا۔ جسمین سے اُس وقت **دو پونڈ** کے قریب مادہ فاسد خارج ہوکر ورم بالکل سطح کھال سے مل گیا۔ کچھ عرصہ تک روزانہ ڈریسنگ ہونے کے بعد زخم بھرنا شروع ہوگئے اور جبکہ زخم بھر کر اچھی حالت مین آگئے اور میرے زخمون کی آخری پٹی کے ایک ہفتہ کی میعاد کھولنے کی قایم ہوئی اُس سے چوتھے ہی روز گردش تقدیر سے میرے کولھے کے اچھے ہوے زخم مین یکلخت باریک سوراخ ہوکر قریب نصف پونڈ کے مواد خارج ہو پڑا۔ اور میری آخری پٹی شفا کی بندھی ہوئی تمام تر ہوگئی۔

اسی طرح سینہ کے اچھے ہوے زخم مین بھی یہی قصہ پیدا ہوگیا اور ہر دو جگہ پر ناسور پیدا ہوگئے۔ اُس روز میری نئے سرے سے آتی ہوئی تندرستی کی امید کی خوشی پھر مجھسے رخصت ہونے لگی اور مین ایک نہایت عظیم غم مین ڈوبتا چلا گیا۔ لاچار ڈاکٹر صاحب کو بُلوایا گیا جسکا ملاحظہ کرکے ڈاکٹر صاحب موصوف کو بھی سخت رنج ہوا۔ اور میری بدقسمتی کی شکایت فرماکر کہا کہ چونکہ اب تمہارے ہر دو جگہ ناسور پیدا ہوگئے ہین اس لئے آرام ہونے مین زیادہ عرصہ کی ضرورت ہوگی۔ اور اب چونکہ موسم گرما کا آغاز شروع ہوگیا تھا جسکی وجہ سے پہاڑ کی سردی برداشت نہ ہوسکتی تھی پس مجکو نہایت مہربانی کے ساتھ پہاڑ سے واپس آنے کی سرجن صاحبان نے اجازت عطا فرمائی۔ اور تسکین دلائی کہ

کچھ عرصہ کی ہے۔ تمہارے ناسور ضرور اچھے ہوجاوینگے کیونکہ تمہارے اصل مرض یعنی ہڈی کی تپ دق کا علاج معقول ہوچکا ہے۔ اسمین شک نہین ہے کہ کسولی پہاڑ کے علاج مین مجھ جیسے ناچیز کے اوپر سرجن صاحبان بہادر نے جو جو مہربانی اور ہمدردی فرمائی ہے اونکا شکریہ میرے احاطہ تحریر سے باہر ہے۔ پس قسمت پر شاکر ہوکر اکتوبر کے مہینے مین پہاڑ سے اس امید مین واپس چلا آیا کہ مرض کا بھاری جھٹکا تو نکل ہی چکا ہے اب عنقریب ضرور صحت ہوجاوے گی۔ لیکن ایسا کہان ہونے کو تھا۔ ابھی تو گردش افلاک نے اپنا آغاز ہی کیا تھا بقول شخصے کہ ع ابتدائے مرض ہے روتا ہے کیا۔ آگے آگے دیکھئے ہوتا ہے کیا +

پہاڑ سے آکر پھر ایک دہلی کے مشہور ڈاکٹر صاحب کا علاج شروع کیا کہ جسمین بہت ہی جلد طرح طرح کی تکلیفات اوٹھانے کا موقع نصیب ہوا۔ جس کو میری ہمت کسی طرح پر برداشت نہ کرسکی اور خوبی تقدیر سے دہلی مین آکر میرے پیڑو کے اندر داہنی طرف بھی ایک جدید پھوڑا اور پیدا ہوا۔ جس نے میرے باقیماندہ ہوش وحواس بھی اوڑادئے اور زیادہ نا امیدی کا عالم چھا گیا۔ مجبورًا دہلی سے واپس چلا آیا اور پندرہ بیس روز کے واسطے ہاپوڑ مین آکر ایک اور ڈاکٹر کا علاج کیا جسنے مجکو شرطیہ صحت یابی کی ہمت دلائی تھی۔ لیکن وہ بھی اپنے دعوے مین ناکامیاب ثابت ہوتے + اسکے بعد مین میرٹھ آگیا اور دو مہینے تک ڈاکٹری علاج کرایا لیکن ناکامیاب رہا اور پیڑو کے اندر کا پھوڑا روز بروز بڑھتا چلا گیا اور بخار نے بھی اپنی رفتار کو ترقی دینا شروع کردی۔ پہاڑ کا بڑھا ہوا وزن پھر گھٹنا شروع ہوگیا یہانتک کہ مین بہت ہی کمزور ہوگیا اور بخار شریف ہمہ وقت کے مہمان رہنے لگے۔ ہرطرح سے مایوسی کا عالم چھا گیا۔ **پیڑو کے اندر پھوڑے نے قریب نصف جگہ کے گھیر لی تھی۔** الغرض چند ڈاکٹر صاحبان نے اپنی تمام کوششون کے بعد آخرکو یہ راے ظاہر فرمائی کہ پیڑو کا بھی اپریشن ہونا چاہیئے۔ بلا اس عمل جراحی کے اور علاج ناممکن ہے اسپر مینے دست بستہ یون عرض کی کہ جبکہ میرے کولھے وغیرہ کے زخم اور ناسور اپریشن سے اچھے نہین ہوئے تو پھر چیر پھاڑ سے پیڑو کے اندر کا پھوڑا کس طرح اچھا ہوسکتا ہے۔ ؟

دویم یہ کہ میری جسمانی طاقت نے مجکو قطعی جواب دیدیا ہے۔ مین اس کمزوری کی حالت مین اس نازک

اور عظیم عمل جراحی کو کس طرح پر برداشت کر سکونگا۔ ؟
اسکے سننے کے بعد مجھکو ایک ہوشیار ڈاکٹر نے یہ مشورہ دیا کہ ناقعی بزرگ کا اپریشن سب سے
زیادہ نازک اپریشن ہے جو ایک نہایت ہی خطرناک حالت کا ہوگا۔ جان بچنا مشکل ہوگی۔ اور
بلا اپریشن کے ممکن ہے کہ کچھ عرصہ تک زندہ رہ سکو۔ اور اس اپریشن سے فوراً یہ فیصلہ ہوسکتا ہے کہ
یا تو مرض ہی نہین یا مریض ہی نہین۔ چنانچہ میری ہمت نے اس عمل جراحی کو قبول نہ کیا۔
آخر کار میننے تمام قسم کے علاجون کو مایوس ہوکر ترک کردیا۔ اور اپنی بقیہ زندگی کو گنگا کے کنارے
گزارنا خیال کرکے اپنی رہایش کا انتظام ایک کٹیہ بنواکر کرالیا گیا۔
پس مین گنگا کے کنارے جانے ہی والا تھا کہ شان ایزدی سے مجھکو ایک صاحب نے میرٹھ مین
یہ مشورہ دیا کہ تم نے اور تو ہر طرح کے علاج کرا ہی لئے ہین میرے کہنے سے ایک غسل کا جو نو ایجاد
علاج ہے اور کرلینا چاہیئے۔ اور آجکل یہان پر پنڈت موہن لال صاحب بکو ایم۔ اے صدر اعلے
صاحب بھی موجود ہین کہ جنھون نے کتاب نیا علم شفا بخشی کے ترجمہ مین سرو تریہ کرشن سروپ صاحب
وکیل مراد آباد کو امداد عطا فرمائی تھی پس جناب موصوف سے در بارہ علاج غسل کے ضرور مشورہ لینا چاہیئے۔
چنانچہ مین حسب فہمایش چند صاحبان ڈولی مین سوار ہوکر جناب صدر اعلے صاحب بہادر میرٹھ کے بنگلہ پر
پہونچا اور دست بستہ اپنا کل حال اول سے آخر تک کہہ سنایا۔ چنانچہ صاحب موصوف نے میری حالت زار
کو ایک نہایت ہی مہربانی اور ہمدردی کے ساتھ ملاحظہ فرماکر اسطرح پر فرمایا کو تمھاری حالت
زیادہ نازک ہے اور مرض حد کو پہونچ چکا ہے تاہم علاج سے دستکش نہونا چاہیئے
پس میننے عرض کیا کہ حضور مجھکو علاج غسل کی بابت مشورہ عطا فرماوین کہ کس طرح پر مجھکو کرنا چاہیئے۔
جواب مین فرمایا کہ مجھکو اس طریق علاج سے زیادہ واقفیت نہین ہے کیونکہ مین نے صرف ایک باب کا ترجمہ
بشراکت سوتی کرشن سروپ صاحب وکیل مراد آباد کیا تھا۔ باقی کل ترجمہ سوتی صاحب موصوف ہی نے کیا ہے
اور وہی اسمین کافی تجربہ رکھتے ہین۔ پس تم مراد آباد جاکر سوتی صاحب موصوف سے علاج کا مشورہ لیکر علاج
شروع کردو۔ چنانچہ مین بذریعہ چٹھی جناب صدر اعلے صاحب بہادر خدمت مین جناب سوتی صاحب موصوف کے
بتاریخ ۲ جنوری ۱۹۱۳ء کو مراد آباد پہونچا اور کل حالات بیان کئے۔ جناب موصوف نے اوسی وقت اپنا ایک

نہایت قیمتی وقت میرے ملاحظہ و مشورہ علاج مین صرف فرماکر مجکو اس طرح پر ہدایت فرمائی کہ اگر تم نہایت صبر و استقلال کے ساتھ معقول پرہیز سے اس علاج کو شروع کروگے تو ممکن ہے کہ تمہاری جان بخشی ہو جاوے۔ اور چونکہ تمھارا مرض پرانا اور نازک ہو چکا ہے اس وجہ سے زیادہ عرصہ تک علاج مین صبر و استقلال کی ضرورت ہے۔ چنانچہ مینے سچے دل سے وعدہ کرکے عرض کیا کہ مین واقعی صبر اور استقلال کے ساتھ علاج کرونگا۔ پرمیشور میری مدد کرین۔

پس میری اس استدعا کو قبول فرماکر صاحب موصوف نے اوسی وقت مجکو مشرح طریق علاج اور معقول غذا کا استعمال بتلاکر بابو راجچرن صاحب پرائیوٹ ماسٹر کے سپرد فرمادیا اور ایک ہفتہ تک مجکو اپنی نگرانی مین رکھکر کل طریقہ علاج عمل کراکر سمجھادیا کہ چھ ماہ علاج کے بعد تمہارے کولھے اور سینہ کے ناسور بھرنا شروع ہونگے اور پیڑو کے اندر کے پھوڑے کا مادۂ فاسد بھی نیچے کی طرف ٹانگ مین اترکر خارج ہوگا اور دوران علاج مین پچھلے دبے ہوے مرض بھی ابھرینگے اس وقت استقلال کی سخت ضرورت ہوگی۔

چنانچہ ایسا ہی ہوا کہ چھ ماہ کے اندر کولھے ناسور بھرنا شروع ہوا اور ۸ ماہ کے بعد بالکل اچھا ہوگیا۔ اور پیڑو کے اندر کے پھوڑے کا تمام مادہ فاسد نیچے ٹانگ کی جڑ مین کو اوترکر تاریخ ۲ ستمبر ۱۹۱۳ء کو پھٹ کرکے خارج ہونا شروع ہوا۔ اول روز ۸ پیالہ مواد خارج ہوا جو ڈہائی سیر سے زیادہ تھا۔ اور میری ٹانگ کا بالائی حصہ جس کو جانگ کہتے ہین مادہ فاسد کے بھر جانے سے اسقدر موٹا ہوگیا تھا کہ جس کا اندازہ مواد کے اخراج سے ہوسکتا ہے بعد اخراج مواد کے وہ ٹانگ بجاے موٹا ہوگیا تھا سکڑ کر اپنی اصلی حالت پر آگیا۔ اور مین لاٹھی کے ذریعہ کھڑا ہوکر چلنے لگا۔ اور اوس روز سے مین اپنے آپ کو دوبارہ زندہ خیال کرنے لگا۔ کیونکہ پیڑو کے اندر کا پھوڑا ایک نہایت ہی خطرے والا تھا۔

لیکن علاج کو ابھی کچھ اور رنگ دکھلانا باقی رہ گیا ہے جسکی وجہ سے مجکو زندہ خیال کرلینا ایک وہم تھا کیونکہ دوران علاج مین مجکو درد کمر اور نیز دیگر اقسام کے دورے پڑنا شروع ہوتے تھے کہ جو عارضی طور پر دبائے جاچکے تھے ان مین ایک بخار کا دورہ ٹانگ سے مواد

اخراج ہونے کے ایک ہفتہ بعد تاریخ ۹ ستمبر ۱۹۱۳ء کو اس تیزی کے ساتھ شروع ہوا کہ دو دو ہفتہ تک برابر چڑھا رہا جب تک مجکو ہوش اور طاقت بنی رہی برابر استقلال کے ساتھ غسل لیتا رہا
آخرش بخار نے مجکو اسقدر گرا دیا تھا کہ کروٹ لینے کی طاقت نہ رہی اور بعض وقت آدمی کا سنبھالنا بہت
کرنا بھی جاتا رہا۔ پیرون پر ورم آگیا کھانسی حد کو بڑھ گئی۔ تمام رات کھانسی کی بدولت
بیداری میں گذرنے لگی یعنی موت اور زندگی کا آپس میں مقابلہ ہونے لگا۔ تمام گھر والے اور احباب
اور مجکو جس وقت ذرا ہوش ہوتا تھا اس امر کی ہدایت کرتے تھے کہ اب اس علاج کو بند کرکے کسی حکیم یا ڈاکٹر
کو دکھلانا چاہیے۔ لیکن میرا جواب گھر والوں سے یہ تھا کہ مین اپنی زندگی کا فیصلہ اس آخری علاج پر
منحصر کر چکا ہوں۔ چنانچہ مینے اس خاص نازک موقعہ پر جبکہ مجکو اپنی زیست کی امید باقی نہین رہی
تھی سوتی کرشن سہروپ صاحب کو نہایت افسوس کے ساتھ اپنے آخری سلام کا پیغام بھیجکر کل حالات
تحریر کرا کر بھیجے۔ اور اگلے روز بذریعہ تار کے جناب موصوف کو بغرض ملاحظہ بلوانا چاہا۔ چنانچہ تار کا
جواب بذریعہ تار اس طرح صادر ہوا کہ بابو اجرن صاحب تشریف لاتے ہین گھبراؤ مت۔ کیونکہ یہ
وہی موقع درپیش ہے جسمین صبر و استقلال کی سخت ضرورت ہے۔ اور علاج غسل جو کچھ روز سے مایوس
ہوکر بند کر دیا ہو تو فوراً شروع کردو۔ چنانچہ بابو صاحب موصوف تیسرے روز میرے پاس سرد ھنہ
تشریف لائے۔ اور میری حالت کا ملاحظہ فرماکر بولے کہ یہ بخار کا آخری جھٹکا ہے۔ اگر ایشور نے
اس مرتبہ کامیابی عطا فرمادی تو پھر کچھ جوکھون نہین ہے۔

پس بابو صاحب موصوف نے تین روز قیام فرماکر اپنی نگرانی مین اسی نازک حالت مین ہلکے ہلکے
چند غسل کرائے اور آئندہ اسی طرح پر استقلال کے ساتھ غسل کرنے کی ہدایت فرمائی۔ چنانچہ مین نے
روزانہ پھر غسل شروع کردئے۔ جسکی وجہ سے ایک ہفتہ کے بعد بخار مین کچھ کمی ہونا شروع ہوئی۔ اور
کچھ عرصہ کے بعد بالکل کافور ہوگیا اور بقیہ تمام شکایتین مثل پیرون کا ورم۔ و کھانسی وغیرہ بھی
قطعی رفع ہوگئین۔ اس نازک حالت مین میرے روزانہ دو غسل ۲۰۔ ۲۰ منٹ کے سب بستر پر
ہوتے تھے اور ہفتہ مین ایک دو مرتبہ سن باتھ بھی لیتا تھا اور اس وقت میری غذا پھل اور
گیہون کے پھینکے دلیئے کے سوا اور کچھ نہ تھی اور معمولاً دوران علاج مین ہمیشہ میری غذا

گیہون کے موٹے آٹے کی روٹی اور بلا مصالحہ وخفیف نمک کی سبزی
اور دال مونگ وغیرہ تھی - اور موسمی پھلون کا مثل **سیب** - انگور وغیرہ کا استعمال روزانہ
تھا جسمین سے مجکو سیب نہایت مفید ثابت ہوئے - ایک **لقمہ** یعنی نوالہ کو بجاے ۳۲ دفعہ کے
۶۴ مرتبہ چبا چبا کر کھاتا تھا - سینے اکثر ہر سہ غسلون کا وقت پون گھنٹہ بڑہا لیا تھا - ایک مہینے مین
ایک کبھی دو دو **پورے اسٹیم باتھ** بھی لیتا رہا - گھی - دودہ کا استعمال ۶ ماہ تک قطعی بند رہا -
بعد کو ۶ ماشہ گھی اور پاؤ بھر تازہ گاے کا دودہ پینا شروع کردیا - ایک سال کے بعد یعنی ۱۳ ستمبر سنہ ۱۹۱۳ سے
ایک سال کے بعد میرا وہ زخم بھی جو پیڑو کے اندر کے پھوڑے نے جانگ مین کرلیا تھا اور جو نہایت تکلیف دہ
تھا اور جسمین سے روزانہ پاؤ پاؤ بھر مواد کا اخراج ہوتا تھا رفتہ رفتہ کم ہوتا ہوا بالکل اچھا ہوگیا - اور
سینہ کے اوپر جو ناسور پڑ گئے تھے ادنمین بوجہ علاج غسل کے یہ تبدیلی پیدا ہوئی کہ زخم سابقہ سے کچھ اوپر
کو ایک اور دوسرا پھوڑا علاج سے ۶ ماہ کے بعد پیدا ہوا - (یعنی بقیہ مادہ فاسد کا ابھار ہوا)
جسپر متواتر پانی کی گدی و سن باتھ کا استعمال ہوتا رہا جسکی وجہ سے وہ بھی کچھ عرصہ کے بعد پھوٹ گیا اور
مادہ فاسد کا اسمین سے اخراج ہونے لگا - قریب دو تین تولہ روزانہ خارج ہوتا رہا اور ہر دو پھوڑون کا ایک
دوسرے سے باہمی تعلق ہوگیا تہا - چھ ماہ کے بعد **سینہ پر کے کل ناسور** بھرنے شروع ہوگئے -
اور کچھ عرصہ کے بعد بجز ایک ناسور کے **تمام ناسور اچھے ہوگئے** -
چنانچہ ایشور کی کرپا سے اب وہ ایک بقیہ ناسور بھی براے نام رہ گیا ہے جو عنقریب بھرنے والا ہے -
کیونکہ اب اسمین سے مادہ فاسد کا اخراج براے نام رہ گیا ہے ایک دو ماشہ روز کا اخراج ہے جو
جلد بھر جانے والا ہے -

مجکو کسولی پہاڑ پر بھی اسر جن صاحب بہادر نے اور سوامی کرشن سروپ صاحب نے بھی اس امر کی خاص ہدایت
فرمائی تھی کہ کھلے اور ہوادار مکان مین رہنا اور سونا چاہیئے اور جس جگہ کی ہوا موافق آوے وہان رہنا چاہیئے
چنانچہ میرا تبادلہ غازی آباد سے سرومہنہ کو بحالت بیماری عمل مین آیا تھا - تجربہ سے مجکو سرومہنہ کی آب و ہوا نے
زیادہ مدد بخشی ہے اور مین نے ایک کشادہ اور ہوادار مکان مین رہنے کا انتظام کرلیا ہے چنانچہ مین ایشور کی
کرپا اور سب صاحبان کی دعا سے ۲۷ جنوری سنہ ۱۹۱۵ع کو تین سال ایام مصیبت گزار کر اپنے کام پر حاضر ہوا -

اور اس وقت تک بڑا پرعمدگی کے ساتھ کام منصبی انجام دے رہا ہون۔ جناب انسپکٹر صاحب بہادر نے جون ۱۹۱۵ع مین میرے کام کو اپنے معاینہ مین اس طرح تحریر فرمایا ہے کہ :-

"گیندن لال محرر اول محرر دوم سے دو چند کام کرتا ہے" اور اب تاریخ ۲۲- مارچ ۱۹۱۶ع کو بخانہ راقم لڑکی پیدا ہوئی ہے۔

اب مین اپنی اس رام کہانی کو شان ایزدی دکھلاتے ہوے ہزار ہزار دھنباد اور شکریہ کے ساتھ جو کچھ کہ سوتی صاحب موصوف نے اس ناچیز بندہ پر مبذول فرمائی ختم کرتا ہون+

راقم - گیندن لال محرر رجسٹری - از سردھنہ - معروضہ ۲۵ مارچ ۱۹۱۶ع

نمبر ۲۴ - معدہ اور نزلہ کی بیماری - لاغری کمزوری - اختلاج قلب اور گھبراہٹ یعنی اعصابی بیماری

جناب محمود علی خان عرف آغا علی خانصاحب رئیس محلہ دریا آباد شہر الہ آباد اپنی بیماریون اور اونکے علاج کی مفصل رپورٹ اسطرح تحریر فرماتے ہین کہ :-

مین پانچ چھ برس سے معدہ کی شکایت اور نزلہ کی بیماری مین مبتلا تھا۔ کھانا بالکل ہضم نہین ہوتا تھا - جو غذا زود ہضم بھی کھاتا تھا - وہ سینہ مین رکھی رہتی تھی - کھٹی ڈکارین برابر آیا کرتی تھین اور ریاح کی تولید بہت کثرت سے ہوا کرتی تھی جسکی وجہ سے بمشکل دو چپاتی کھا سکتا تھا اور نزلہ تو جزو بدن ہوگیا تھا - غذا نہ ہضم ہونے کی وجہ سے روز بروز دبلا و کمزور ہوتا چلا گیا یہانتک کہ اور بہت سی شکایتین مثلاً اختلاج قلب اور گھبراہٹ یعنی اعصابی بیماری اور سہ پہر کو روزانہ تبخیر اور قبض کی شکایتین شروع ہوگئین - اولاً مینے وقتاً فوقتاً حکیمون - ڈاکٹرون کا علاج کیا - جس سے بعض بعض اوقات میری شکایتین دب جایا کرتی تھین - مگر فائدہ کلی کبھی نہین ہوا۔

اسطرف اکتوبر ۱۹۱۶ع سے جملہ شکایتین مجکو بہت زیادہ ہوگئین جسکی وجہ سے مین اسقدر دبلا اور کمزور ہوگیا تھا کہ مجکو اور خوفناک بیماریان مثل سل وغیرہ کا شبہ ہونے لگا - اور جملہ شکایتون نے اسقدر غلبہ کیا کہ مین فرش گیر ہوگیا اور زندگی سے مایوس ہوگیا تھا - اسی درمیان مین مینے مسلسل سات آٹھ مہینہ تک

الہ آباد و لکھنؤ کے اکثر مشہور اطبا و ڈاکٹروں کا علاج کیا مگر کچھ فائدہ نہوا۔ ڈاکٹروں کے مشورے پر مین منصوری گیا۔ وہان بھی مجھے کچھ فائدہ نہوا۔ میری خوش قسمتی سے ایک روز مجھے مسٹر لوئی کوہنی کی تصانیف و طریقہ علاج کا خیال آیا۔ جسکی تعریف عرصہ ہوا میرے مکرم و محترم بزرگ جناب اکبر علی صاحب سیکریٹری میونسپل بورڈ بریلی و مولوی عبدالہادی خانصاحب ڈپٹی کلکٹر نے کیا تہا اور اسکی تصدیق میرے دوست آنریبل سید رضا علی صاحب وکیل مراد آباد نے بھی کیا تھا۔ اور مین نے مسٹر لوی کوہنی کی تصانیف اور ٹب جناب بابو سوتی کرشن سروپ صاحب وکیل مراد آباد کے بنگلہ پر بابو رامچرن لال صاحب رہتے ہین اور نسے ذریعہ اکبر علی صاحب منگوایا تھا۔

ان تصانیف کو مینے شروع سے آخر تک پڑہا۔ فاضل مصنف نے جو اصول بیماری کے پیدا ہونے کے اور بڑھنے کے اور جملہ بیماریون کے ایک ہونے کے اور دواؤن سے جو مضرت مریض کو پہونچتی ہین اونکو بغور دیکھا اور اوسکی مطابقت اپنی شکایتون سے اور علاج ادویہ سے کیا تو مجھے اُن تصانیف کی سچائی مین کوئی شبہ نہ رہا۔ پنڈت سوتی کرشن سروپ صاحب سے مین نے خط وکتابت کی اور خود مراد آباد جاکر مثلاً غسلون کا طریقہ سمجھا اور غذا کے متعلق ہدایتین حاصل کین۔ اور ۳ اکتوبر ۱۹۱۶ء سے مینے اپنا علاج شروع کیا۔

اولاً روزانہ صبح ۱۵ - ۲۰ منٹ کا **فریکشن سٹز باتھ** اور سہ پہر کو ۱۰ - ۱۲ منٹ کا **فریکشن ہپ باتھ** اور ہفتہ مین ایک دفعہ نصف گھنٹے سے کچھ زیادہ عرصہ تک اسٹیم باتھ لینا شروع کیا۔ اور تین چار مہینہ کے بعد صرف ایک وقت صبح **فریکشن ہپ باتھ** پندرہ بیس منٹ کا۔ اور پندرہ دن مین ایک دفعہ نصف گھنٹہ کا **اسٹیم باتھ** لیتا رہا۔ پہلے مین نے اپنی غذا زود ہضم ترکاری و پھل دغیرہ کی مثلاً تری۔ پالک کا ساگ اور مونگ کی دال اور خوراک مثلاً سیب و منقی وغیرہ کے رکھی۔

جب غذا ہضم ہونے لگی۔ تب گائے کا دودھ اور مکھن و چاول اور فصل کی ترکاریان و پھل کا استعمال کرتا رہا صرف ثقیل پھل و غلہ اور ثقیل غذا مثلاً مٹھائی اور گھی سے پکے ہوتے چاول اور گوشت اور اُن غذاؤن سے جن سے تولید ریاح زیادہ ہوتی ہے پرہیز کیا۔ ایک ہی مہینے سے میری جملہ شکایتین دفع ہونا شروع ہوئین۔ اور ۱۱ **مہینے کے بعد مین بالکل تندرست ہوگیا۔** اور جیسی صحت و تندرستی

میری چھ سال کے قبل تھی ویسی ہی ہوگئی اور اب مجھے کسی قسم کی شکایت نہین ہے - میری راے مین
جملہ مریض اور علے الخصوص ادویہ کے مارے ہوے مریضون کے واسطے یہ طریقہ علاج اکسیر کا فائدہ دیگا
خداوند عالم آپ کو اس کار خیر کے عوض مین اسکا صلہ مرحمت فرماتے اور آپ کو صحیح و تندرست رکھے +

نمبر ۲۵ - درد قولنج - گٹھیا - جاڑہ بخار - کھانسی وغیرہ

بابو شمبھو ناتھ صاحب بارہ بنکی اودھ سے لکھتے ہین کہ :-

مین اور میرے گھر مین سب اشخاص ہمیشہ سے بوقت کسی بیماری کے استعمال ادویات کیا کیے اور بظاہر
کچھ نہ کچھ نفع حاصل کرتے رہے بالآخر مجھے اکثر دورے درد قولنج و گٹھیا و جاڑہ بخار و کھانسی وغیرہ کا
ہونے لگا - آنکھون مین رو ہے ہوگئے اور جا بجا گھٹنون پر داد - قبض روزانہ رہنے لگا - ہفتہ مین ایک دو بار
سوء ہضمی کے ساتھ طرح بطرح کی شکایات ہونے لگین - میرے عنایت فرما چودھری کندن سنگھ صاحب نے
مجھے باتھ سسٹم یعنی پانی کے علاج کی طرف راغب کیا - مین نے باجازت جناب ڈاکٹر
اندرسن صاحب و مشورہ سوتی کرشن سروپ صاحب باتھ لینے شروع کیے اور سادہ غذا کھانی شروع
کردی وہ بھی دن مین صرف دو مرتبہ - رفتہ رفتہ میری کل تکلیفات مذکور دور ہوگئین یا زیادہ کم ہوگئین
اور اب مین بمقابلہ سابق کے بہت تندرست اور اچھا ہون - اور کبھی کوئی دوا یا گرم مصالحہ - تماکو
چاء یا برف وغیرہ تک کا بھی استعمال اب نہین کرتا ہون اور خوش ہون -

سنہ ۱۹۱۵ع مین علاوہ عوارض سابقہ میرے زوجہ کو سخت دورے درد فم معدہ ہونے لگے -
بہت کوشش اور توجہ سے علاج دیدک و ڈاکٹری وغیرہ کیا مگر مرض بڑھتا گیا جون جون دوا کی + اور
ہر ماہ مین چودہ پندرہ تک دورے ہونے لگے - ۸ - ۱۰ گھنٹے درد شدت سے ہوتا تھا جھٹکن ہوتی تھی
اور سینہ کی سمت سے پشت کی جانب کو لہرین درد کی اٹھتی تھین اور اسی سلسلے مین جاڑہ بخار
ہو جاتا تھا کل ملاکر ۲۰ - ۲۵ گھنٹے تکلیف رہتی تھی اور کبھی کبھی اس سے زائد بھی سخت تکلیف رہتی -
بالآخر یونانی علاج حکیم محمد الیاس صاحب بارہ بنکی کا کیا جنکی دوا سے ابتداءً کچھ نفع حاصل ہوا -
اور پھر سٹر باتھ سسٹم کیا جس سے کلی فائدہ ہوا اور اب ایک سال سے قطعی دورہ نہین ہوتا ہے
تندرستی اچھی ہوگئی ہے گویا کہ حالت ہی تبدیل ہوگئی - مین علاج مذکور کے موجد صاحب کا اور

چودھری کندن سنگھ صاحب کا جنھون نے مجھے اس جانب راغب کیا و نیز سوقی جی کا جنسے اکثر
ہدایات ضروری و مناسب ملتی رہین بتہ دل سے شکرگزار و دعاگو ہون۔ بخیال طوالت یہ تحریر
مختصراً ارسال خدمت ہے ؛

نمبر ۴۶ - مرض دمہ - نزلہ۔ کھانسی۔ بخار تپ دق وغیرہ

سپاہی پیتمبل ناوست میڈیسن لیکچرار گوجرانوالہ لکھتے ہین کہ :- جو حالات مجھ پر گزرے اور جس طرح مینے
قدرتی طریق علاج کے ذریعے شفا پائی درج ذیل ہے - میرے پاس وہ الفاظ نہین جنسے مین اپنے حالات
اور اس علاج کے فوائد کا خاکہ کھینچ سکون۔ ٹوٹے پھوٹے الفاظ مین جو کچھ ادا کرونگا اوسے میری کم علمی پر
محمول فرمائے۔ وھوہذا

سنہ ۱۹۱۰ء مین جبکہ میری عمر ۸ سال کی تھی - پتھر کے کوئلے کے دھوئین کی وجہ سے مجھے دمہ ہوگیا
جو سال بسال دورہ کرتا گیا اور باوجود ہزارہا علاج معالجے کے جن سے چند روزہ آرام ضرور ہوتا تھا مرض
دمہ- نزلہ کھانسی - ترقی کرتے گئے - جنوری سنہ ۱۹۱۵ء مین میری شادی ہوئی اُس وقت بیماری کا یہ عالم
تھا کہ مہینے مین تین ہفتے دورہ رہتا تھا۔ اور دورہ کو روکنے کے واسطے بڑی بڑی دوائین استعمال کرتا تھا
جو صرف ایک دفعہ کام دیتی تھین اور دوسری دفعہ اوسسے فائدہ نہوتا تھا۔ مجھے یہ بیان کرتے ہوئے شرم آتی ہے
کہ کیسی کیسی زہریلی۔ کڑوی کسیلی۔ میٹھی ادویات استعمال کرتا تھا - اور اونکو استعمال کرتے وقت یہی نظر رہتا تھا
کہ جس طرح ہو سانس آرام سے نکلے۔ خواہ پھیپھڑون کو وہ پھاڑ دے - تباہ کردے اور ضائع کردے۔

دسمبر سنہ ۱۹۱۶ء مین مینے خاص خاص ڈاکٹرونکی طرف رجوع کیا - جہان سے جواب ملا کہ پھیپھڑے ضائع ہونے
شروع ہوگئے ہین اور اگر جلدی علاج نہ کیا گیا تو جان جانے کا خطرہ ہے۔ علاج شروع کیا گیا۔ مگر نزلہ کھانسی
دمہ کے علاوہ اب کندھوں کا درد۔ اور مہینے مین ایک مرتبہ شدید بخار نیا پیدا ہوگیا - قیمتی اور پیٹنٹ ادویات
اور بکثرت مقداروں نے بجائے فائدہ کے مرض کو اور ترقی دی۔ اور اب تو یہ عالم ہوگیا کہ کوئی نسخہ یا دوائی نام کو بھی فائدہ
نہ کرتی تھی اور مرض سل روز بروز ترقی کرگیا۔ اکتوبر سنہ ۱۹۱۸ء مین ابتدائی دق شروع ہوگیا۔ اندرونی بخار باہر نکلا
اور نصف شب - ۸ بجے صبح - ایک بجے کھانا کھانے کے بعد - شام کو کھانا کھانے کے بعد - گویا ۲۴ گھنٹے

مین چار دفعہ خفیف مگر گھبرا دینے والا بخار ہو جاتا تھا - جو تین گھنٹے بعد رفع ہو جاتا تھا - درمیانی وقفے بھی خالی نہ جاتے تھے کیونکہ اگر ان وقفون مین ایک گھونٹ پانی بھی پی لون تو حرارت شروع ہو جاتی تھی - بھوک نام کو بھی نہ لگتی تھی - میرا کام تمام دن لیکچر دینے کا تھا جس سے پھیپھڑون پر بڑا زور پڑتا تھا - میرے معالجون نے یہ کام بھی چھڑا دیا - ادویات جو مین استعمال کرتا تھا اُن مین اسقدر گرم اور خشک اشیا شامل تھین کہ ایک روز دودھ نہ ملا تو اونھون نے وہ خشکی جسم مین پیدا کی کہ الامان - اور خشک کھانسی اس شدت و مد سے شروع ہوئی کہ اوسنے پھیپھڑون کو توڑ موڑ کے دکھلا دیا - اور اس کھانسی کی مثال گزشتہ عمر مین بھی نہ ملتی تھی - ڈاکٹر یا رجوع علاج کے دو ہفتے تک اس کھانسی کو دور نہ کر سکا - آخر ایک مشہور اور باکمال حکیم کی طرف رجوع کیا - اُنھون نے کھانسی کو ذرا کم کر دکھایا - لیکن بخار کو توڑنے اور ایک وقت سے اُسکو ہٹانے پر قادر نہ ہوسکے -

دسمبر ۱۹۱۷ء مین مینے ایک مشہور معالج سل و دق سے رجوع کی جنھون نے دعوی کیا کہ تین ہفتے مین صحت کلی ہو جاویگی - مگر ۸ ہفتے بعد اوسنے میری حالت کو بہت گرا ہوا دیکھکر یہ کہدیا کہ اب تم کوئی دوائی ہضم نہین کرسکتے یہ میرا آخری نسخہ لو اور اس سے اگر تمکو فائدہ نہو تو ادویات ترک کرکے یاد خدا مین لگ جاؤ - اُس وقت مین زیست سے اتنا مایوس ہوا کہ مینے **"آرزوے موت"** ایک پمفلٹ بطور وصیت چھپواکر دوست و احباب مین تقسیم کرادیا - مذکورہ بالا چار بخارون کی بجاے ہر وقت بخار رہنے لگا - خون نام کو نہ تھا - میرا وزن ایک من ۸ سیر کی بجاے صرف ایک من رہ گیا - کمزوری کی یہ حالت تھی کہ چند قدم چلنے سے معذور تھا - نزلہ - کھانسی - دمہ تو کسی وقت بھی پیچھا نہ چھوڑتا تھا - نیند اور بھوک نام کو نہ تھی - صرف براے نام ہڈیون کا پنجر تھا - اور جو مجھے دیکھتا تھا ڈر جاتا تھا - اپنے بیگانے سب مرنے کے وقت کو دیکھ رہے تھے - امید زندگی عنقا تھی - جب آخری نسخہ سے بھی کچھ نہوا تو مین نے اپنے ایک دوست مولوی نذیر احمد صاحب کلرک محکمہ نہر خانکی ضلع گجرانوالہ سے اس **علاج پانی کے متعلق** دریافت کیا - اُنھون نے میرے لئے ۵ منٹ کا **ہپ باتھ** تجویز کیا -

۱۵ فروری ۱۹۱۸ء کو مینے پہلا باتھ ۵ منٹ کا لیا - پہلے ہی روز مجھے زندگی کی امید ہوگئی - ایک ہفتے مین بخار اپنے پہلے وقتون پر قایم ہوگیا اور ۲ ہفتے بعد نصف شب اور بعد از دوپہر کے دو بخار باقی رہ گئے - نزلہ - کھانسی تو صحت بخش طریقے پر گشت کرتے رہے - البتہ دمہ مفقود ہوگیا اور اپنی تکلیف وہ خاصیت ترک کرگیا - ایک مہینے بعد صرف نصف شب کا بخار باقی رہ گیا - اس وقت ۵ سے ۱۰ - اور ۱۵ - ۲۰ منٹ تک باتھ کے

مین زیادتی کی گئی تھی۔ اور ڈیڑھ ماہ بعد ۲۰ منٹ کا روزانہ ایک ہپ باتھ لیتا رہا۔
جون ۱۹۱۸ء مین روزانہ دو باتھ آدھ آدھ گھنٹے کے اور جولائی اگست مین تین باتھ لینے شروع کئے لیکن
ہر ماہ کے آخر مین چار سے سات دن تک ناغہ کرتا تھا جس سے جسم مین توانائی آجاتی تھی۔
ستمبر ۱۹۱۸ء مین نزلہ کھانسی۔ دمہ بخار سب بیماریون سے مجھے نجات مل گئی۔ میرا وزن ایک مین
پچ ویسی ہی گزشتہ زندگی کے وزن سے چھ سیر زیادہ ہوگیا۔ ۸ ماہ مین چودہ سیر خون خالص پیدا
ہوا اور علاج شروع کرنے کے چند ہی روز بعد مین اپنے کام پر بھی جانے لگا تھا۔ بھوک اتنی لگتی تھی کہ
ناقابل برداشت ہوجاتی تھی۔ کھانا وقت اتنا کھاتا تھا کہ میرے گھر کے لوگ حیران رہ جاتے تھے۔
اسکے علاوہ جریان سرعت۔ رقت اور دیگر تمام کمزوریان جو جسم مین تھین ہمیشہ کے لئے دور ہوگئین۔
غذا۔ مقوی غذاؤن کی بجائے بغیر چھنے آٹے کی روٹی۔ ابلی ہوئی ترکاریان صرف نمک ملاکر۔ گوشت۔
مرچ۔ گھی۔ دودھ اور آلو۔ ادرک۔ شکر قندی سے قطعی پرہیز +
اس علاج کے دوران مین کئی دفعہ سب بیماریون کے جو جسم مین تھین زور وشور کے دورے ہوئے لیکن
علاج استقلال سے جاری رکھا گیا اور وہ سب چند روزہ تکالیف کے بعد ہمیشہ کے لئے دور ہوگئین۔ اور اس
وقت مین اتنا تندرست ہون کہ میری پچیس ۲۵ سالہ گزشتہ عمر مین اسکی مثال نہین ملتی۔ دمہ جیسے لاعلاج
مرض گنتے ہین اب بہت ہی کم رہ گیا ہے۔ اور مین ابھی چند سے اس علاج کو اور جاری رکھونگا کہ آئندہ مین
تمام بیماریون سے بالکل محفوظ ہوجاؤن۔
قیمتی ادویات اور مقوی غذا سے جو بات حاصل نہوئی وہ ہپ باتھ اور سادہ خشک غذا سے حاصل ہوگئی
(۲) میری لڑکی ایک سال کی تھی جب اوسے بخار آنا شروع ہوا۔ باوجود ادویات کے استعمال کے دو سال
کی عمر مین وہ گود سے نہ اترتی۔ رونا چلانا۔ کھانا۔ اور پاخانہ پھرنا ہر وقت یہی اوسکا کام تھا۔
۱۸ فروری کو مینے اوسکا علاج ۳ منٹ کے ہپ باتھ کے ذریعے شروع کیا دو ہی ماہ مین وہ تندرست
ہوکر دوڑنے لگی۔ اور چھ ۶ ماہ مین بالکل تندرست ہوگئی۔
(۳) میری اہلیہ کو ستمبر ۱۹۱۸ء مین مجھ سے دمہ اور سل کا دورہ شروع ہوگیا اور اوسے نصف شب کو
بخار بھی آنا شروع ہوگیا۔ اُسے غذا۔ ۳ منٹ کا سٹز باتھ اور ۵ منٹ کا ہپ باتھ دیا گیا۔ اور مسلسل

علاج سے اُسے تین ماہ مین صحت ہوگئی۔ اس آپ اندازہ فرمائیے کہ میرا مرض کیسا زہریلا اور خطرناک تھا۔

(۴) میری بیماری کے ایام مین لڑکی تولد ہوئی جس کی اس خیال سے کہ ورثتًا مادہ فاسد اسکے جسم مین ضرور ہوگا [illegible] کے سبب باتھ پیدا ہوتے ہی دے گئے۔ اسمین وہ تمام امراض تھے جو مجھے لاحق تھے۔ [illegible] ماہ مین [illegible] تندرست ہوگئی۔ اور اس وقت اوسکی ۵ ماہ کی عمر ہے وہ بالکل تندرست ہے۔

(۵) [illegible] مین [illegible] لڑکیون کے چیچک نکلی۔ مین نے بخار شروع ہوتے ہی اس خطرہ کو جان لیا اور دونون کے [illegible] باتھ اور [illegible] باتھ دئے گئے جس سے چیچک (سینلا) خوب کھُل کر نکلی۔ اور بخار تو فوراً ہی رفع ہوگیا۔ چھٹے روز مادہ خشک ہونا شروع ہوگیا اور بچیان ہنسی خوشی کھیلنے لگین۔ دسوین روز چھلکا اُتر کر بالکل صحت ہوگئی۔ گاؤن بھر مین کثرت اموات اور خاصکر آنکھون کے مارے جانے کا بڑا چرچا تھا۔ نوے فی صدی بچے اسکا شکار ہوئے جنمین سے اکثر آنکھون سے محروم ہوگئے۔ مگر میری لڑکیان بالکل خوش تھین اور تمام گاؤن مین باتھ کا چرچا تھا۔ اکثر لوگ اسکے قائل ہوگئے کہ باتھ مفید علاج ہے۔

(۶) انفلوانزا یا جنگی بخار مین جسقدر بیمارون اس **طریق علاج** کو اختیار کیا وہ سب قابل برداشت حالت کے ساتھ بیماری کا مقابلہ کرکے صحت یاب اور جان بر ہوگئے۔ اور میرا گھر تو باتھ لینے کی وجہ سے اس سے بالکل محفوظ رہا۔

اس علاج کے دوران مین ماسٹر راچھپن صاحب اور بابو نذیر احمد صاحب کلرک محکمہ نہر کے قیمتی مشورہ سے مجھے بہت فائدہ ہوا اور مین ان دونون صاحبون کا شکریہ ادا کرتا ہون انھون نے اپنی زندگی اس طریق علاج کی اشاعت مین وقف کردی ہے۔ اور مین بھی اپنی صحت یابی کے عوض عمر بھر اسکی اشاعت کا ذمہ اٹھاتا ہون۔ آخر مین مین ڈاکٹر لوئی کوہنی صاحب اور آپکا جنہون نے اسکا ترجمہ کرکے ہندوستانی پبلک پر احسان کیا ہے بہت بہت شکریہ ادا کرتا ہون۔ فقط نیازمند سید میر سہیل نارمل [illegible] ٹریننگ لیکچرار گوجرانوالہ ۸ جنوری ۱۹[illegible]

نمبر ۲۷۔ پُرانا سوزاک۔ پیشاب کی نالی مین ناسور۔ نزلہ دوامی شکایت۔ ورم جگر۔ اختلاج قلب۔ قبض دائمی وغیرہ

ڈاکٹر صغیر حسن صاحب ہومیوپیتھ و ہائیڈروپیتھ مقیم کرنال لکھتے ہین کہ :- بے انتہا شکر گزار ہون کہ بعد کئی

نوٹ مترجم کا نوٹ۔ ڈاکٹر صغیر حسن صاحب علاج غسل کے ایک تجربہ کار معالج ہیں اور [illegible] تشریف لیجاکر علاج بھی کرتے ہین [illegible] ہے۔

میں اس احسان سے سبکدوش نہیں ہو سکتا جو پیارے مسٹر لوئی کوہنی صاحب عالم جرمنی نے میرے ساتھ کیا ہے میرے مُردہ جسم کو دوبارہ زندہ کیا اور زندہ رہنے کا صحیح طریقہ بتلایا۔ جس سے جسم میں تندرستی اور رُوح میں تازگی پیدا ہو گئی +

میری خطرناک اور سخت بیماریوں کا سلسلہ ۱۸۹۹ء سے شروع ہوا شروع میں مجھے جریان اور سوزاک ہوا۔ سوزاک کے بعد پیشاب کی نالی پر فوطوں کے نیچے دنبل پیدا ہوا اور دنبل کا ناسور بن گیا۔ ان تینوں مرضوں نے مجھے ہر ایک کام کے ناقابل کر دیا۔ جسقدر میں امراض کے زائل کرنے کی کوشش کرتا تھا اوسی قدر امراض میں زیادتی ہوتی تھی۔ کمزوری بے حد ہو گئی۔ اوٹھتی ہوئی جوانی میں گھُن لگ گیا۔ آلات ہاضمہ بالکل خراب ہو گئے۔ اور رفتہ رفتہ امراض کا لشکر میرے جسم میں گھُس آیا۔ ۱۹۰۵ء میں میری آخری حالت حسب ذیل تھی +

میرا مزاج بلغمی تھا۔ ذراسی سردی اور خوشبو سے مجھے زکام کی تحریک ہو جاتی تھی۔ خصوصًا جاڑوں سخت تکلیف ہوتی تھی۔ نزلہ و زکام کے دورے ہر مہینے ہوتے تھے۔ تین مہینے کے بعد مُنہ آجاتا تھا۔ مسوڑھوں میں درد اور ورم اور دانتوں سے خون جاری ہو جاتا تھا۔ کھانسی اکثر ہو جاتی تھی اور زیادہ چلنے اور زیادہ سونے سے سانس پھُول جاتی تھی اور دم چڑھ جاتا تھا۔ پھیپھڑے کمزور تھے۔ اختلاج قلب کا دورہ ہر سال ہوتا تھا۔ سردی اور فکر یا خوف کے وقت دل دھڑکنے لگتا تھا۔ زندگی خوش نہیں معلوم ہوتی تھی دنیا کی ہر چیز بُری معلوم ہوتی تھی۔ جگر پر ورم اور چہرہ اکثر زرد رہتا تھا۔ معدہ اسقدر ضعیف ہو گیا تھا کہ بھوک بالکل نہیں لگتی تھی۔ بغیر اشتہا کے کھانا کھاتا تھا۔ اکثر کھٹی ڈکاریں آتی رہتیں۔ ہلکی اور زود ہضم غذا میں بھی ہضم نہیں ہوتی تھیں۔ اکثر ایک ہی وقت کھانا کھاتا تھا۔ دائمی قبض تھا۔ پاخانہ روزانہ قبض کے ساتھ ہوتا۔ اور ہفتہ میں ایک مرتبہ ایسا قبض آکر پڑتا کہ پاخانہ بالکل نہوتا۔ جس روز قبض ہوتا۔ سر میں درد ضرور ہوتا اور طبیعت متوحش اور پریشان رہتی۔ چند مہینے کے بعد پیچش کا دورہ ہوتا اور اُس سے سخت تکلیف رہتی۔ سوزاک اور جریان اور ناسور تینوں مرض (پُرانے) ہو چکے تھے۔ انمیں ناسور سب سے زیادہ تکلیف دینے والا مرض تھا۔ پیشاب کبھی ناسور سے آتا۔ کبھی پہنے رہتہ سے۔ ناسور کبھی بند ہو جاتا۔ کبھی کھُل جاتا۔ ناسور بند ہونے سے پیشاب اکثر ناسور میں بھر جاتا تھا۔ اور یہ تکلیف دن میں کئی بار ہوتی تھی۔ گویا میں دن میں کئی بار مر کر زندہ ہوتا تھا۔

دماغ کمزور ہو گیا تھا۔ حافظہ خراب تھا۔ سہو اکثر رہتا۔ قوت فیصلہ کم تھی۔ مجمع سے نفرت ہوتی۔ تنہائی میں بیٹھنے کو

دل چاہتا تھا۔ رات کو نیند بہت دیر مین آتی تھی۔ اکثر پریشان نیند آتی اور خوفناک خواب نظر آتے۔
جسم مین عام کمزوری تھی۔ کام کرنے کو دل نہین چاہتا تھا۔ گردن اور پشت کی طرف اکڑاو تھا۔ ہڈیون مین
اکثر رات کو درد ہوتا تھا۔ بے چینی اور گھبراہٹ ذرا سے فکر سے ہو جاتی۔ کسی چیز کا انتظار مشکل ہو جاتا۔
تمام جلد خشک اور کھردری تھی۔ بال کمزور اور موٹے تھے۔ کنگھی سے یا ہاتھ پھیرنے سے گر جاتے تھے اور
خشکی بھر سے نکلتی تھی۔

ان مختلف قسم کی تکالیف سے نجات پانے کے لئے مینے بہت طبیبون اور ڈاکٹرون کے دروازہ پہ
جبہ سائی کی۔ ہر قسم کے علاجون کی آزمائش پانچ سال تک برابر کرتا رہا۔ لیکن کوئی صورت امراض کی تخفیف
کی نہ معلوم ہوئی۔ چارون طرف سے مایوس ہو کر ۵ء مین لوئی کوہنی سسٹم کی ماتحتی مین آیا۔
پہلے اس اصول کو سمجھا اور عرصہ تک اسپر غور کرتا رہا۔ غور کرنے سے جب مجھے اس علم کی سچائی معلوم ہوئی
مینے اسکے لئے پریکٹس شروع کی اور خود بھی اس اصول کی پابندی کی۔ پہلے ان نیچرل (غیر قدرتی) غذاؤن کو
ترک کیا۔ اور مرچ مصالحہ جات۔ گوشت وغیرہ تمام محرکات اشیاء ایکدم چھوڑ دین۔ جسکا نتیجہ یہ ہوا کہ
ضعف معدہ اور قبض کی شکایت صرف تبدیل غذا سے چھ ماہ کے عرصہ مین بالکل جاتی رہی۔ اور تکلیف دہ
شکایتین رفتہ رفتہ کم ہونے لگین۔ تبدیل غذا سے ابتدا مین کچھ کمزوری معلوم ہوئی۔ لیکن سال بھر کے بعد کمزوری
رفع ہوگئی اور خاصی توانائی جسم مین آگئی۔ سستی جاتی رہی۔ اور چستی و چالاکی بڑھ گئی۔

دو سال کے بعد مینے ایک سٹز باتھ اور ایک ہپ باتھ روزانہ کے حساب سے غسل شروع کئے۔
آٹھوین روز اسٹیم باتھ بھی لیتا تھا۔ غسلون کا سلسلہ دو دو تین تین ماہ تک رہتا تھا۔ دو تین ماہ کے بعد
کچھ دنون کے لئے غسل چھوڑ دئے جاتے تھے۔ غسلون کی اس ترتیب سے مجھے مختلف قسم کے کرائسس برداشت
کرنے پڑے اور جسم کے ہر ایک عضو سے مادہ فاسد کا اخراج الگ الگ صورتون مین ہوتا رہا۔ جسکو تفصیل وار
اسوقت بیان کرنے سے مجبور ہون۔ ۱۹ء سے ابتک غذا کی پابندی مسلسل ہے۔ لیکن غسل مسلسل نہین لئے
ان بارہ سال کے اندر مسلسل غسلون کی تعداد ۶ سال ۴ ماہ ہے جو مختلف اوقات مین مینے لئے ہین +
اتنے دنون کے علاج اور باقاعدہ غذا کی پابندی نے مجھے بے حد فائدہ پہونچایا۔ تمام امراض جنکی وجہ سے
میری زندگی وبال تھی رفتہ رفتہ جاتے رہے۔ میرا جسم پہلے سے زیادہ مضبوط اور بہت ہو گیا ہے اور

ہر ایک عضو کی طاقت پہلے سے دو چند ہو گئی ہے۔ آلات ہاضمہ پہلے سے زیادہ قوی اور مضبوط ہیں۔
اب میں سخت سے سخت غذا ہضم کر سکتا ہوں۔ بیر۔ امرود۔ بھنے ہوئے چنے پیٹ بھر کر کھا لیتا ہوں
اور مجھے کسی قسم کی تکلیف نہیں ہوتی بلکہ آسانی سے ہضم ہو جاتے ہیں۔ آنتیں باقاعدہ اپنا کام کرنے لگی ہیں۔
اجابت اکثر دو وقت ہوتی ہے اور فضلہ بستہ حالت میں بھورے رنگ کا خارج ہوتا ہے۔ نو حنیف پیدا
ہوتی ہے۔ قوائے دماغی نہایت قوی ہیں۔ حافظہ اور قوت فیصلہ پہلے سے بڑھ گئی ہے۔ کسی معاملہ میں غور کرنے
اور فکر کرنے سے دل نہیں گھبراتا۔ اکثر کام کرنے کو دل چاہتا رہتا ہے۔ بیکار بیٹھنا مشکل ہے۔ سخت سے سخت
تفکرات اور خوف سے دل نہیں گھبراتا۔ اور برداشت کرنے کی طاقت بڑھ گئی ہے۔ قوت باہ پہلے سے زیادہ ہے
منی کی حالت درست ہے۔ باہ کی کمزوری۔ بیجا جوش اور بیجا اشتعال بالکل رفع ہو گئے ہیں۔ طبیعت کو سکون
اور قرار کافی پیدا ہو گیا ہے۔ طبیعت ہر وقت خوش اور بشاش رہتی ہے۔ شدید گرمی اور شدید سردی سے اب
اسقدر تکلیف نہیں ہوتی جسقدر پہلے ہوتی تھی۔ جسم کا تناسب بدل گیا ہے۔ گال اور تمام چہرہ کا زائد گوشت
کم ہو گیا ہے۔ پیٹ بہت گھٹ گیا ہے اور چھاتی اور دوسرے اعضا بڑھ گئے ہیں۔ اور جسمانی حالت تبدیل
ہو گئی ہے۔ اور جسم نیچرل تناسب اختیار کرتا جاتا ہے۔ گرمی میں چھتری نہیں لگاتا اور سردی میں بہت کم
کپڑا پہننے کی ضرورت ہوتی ہے اور اکثر جاڑوں میں باہر سوتا ہوں۔

سنہ ۱۹۲۵ء سے میں نے اس طریقے کی پریکٹس شروع کر دی تھی۔ اپنے تجربات بڑھانے اور لوگوں کو فائدہ
پہونچانے کے لئے میں نے اکثر غریب اور مفلس لوگوں کا مفت علاج کیا اور سب سامان پریکٹس کے متعلق کافی
تعداد میں جمع کیا۔ دوران پریکٹس میں مجھے حیرت انگیز کامیابی ہوئی۔ ایسے ایسے مریضوں کے میں نے علاج
کئے جو دوسرے طریقوں کی رو سے قابل علاج نہیں رہے تھے۔ اور جنکو بڑے بڑے ڈاکٹروں اور طبیبوں نے
جواب دیدیا تھا۔ جو لوگ ہر ایک علاج سے مایوس ہو چکے تھے اور اسقدر مایوس تھے کہ اس علاج پر رضامند نہیں
ہوتے تھے وہی لوگ آرام ہونے پر دوسروں کو ترغیب دینے لگے اور میری وکالت کرنے لگے۔ اس علاج کی
خوبیاں بیان نہیں ہو سکتیں۔ بنی نوع انسان کے لئے اس سے بہتر اور پسندیدہ علم آجتک ایجاد نہیں ہوا
یہ علاج تمام دیگر علاجوں سے بہتر اور مفید ہے۔

اب میں چند مفید باتیں بیان کرونگا جو اپنے مطلب میں مجھے معلوم ہوئی ہیں۔

(۱) پیچیدہ امراض اور کمزور مریضوں کے لئے غسلوں کی ترتیب - وقت اور پانی کی تعداد - ٹمپریچر اور غذا وغیرہ کسی ہوشیار تجربہ کار سے تجویز کرانے چاہئیں - خود ہی نہیں تجویز کرنے چاہئیں - کیونکہ بعض دفعہ ضرورت ہوتی ہے صرف ٹھنڈے غسلوں کی یا ٹھنڈے غسلوں کے ساتھ سن باتھ کی اور مریض اسٹیم باتھ لینے لگتا ہے جیسے بعض امراض مثلاً سل دق وغیرہ کی حالت میں - پس بعض حالتوں میں اسٹیم باتھ سے نقصان پہونچتا ہے -

(۲) بعضے مریضوں کو سخت کرائسس ہوتے ہیں ایسی حالت میں بھی کسی ہوشیار تجربہ کار کا ہونا ضروری ہے ورنہ مریض کو سنبھالنا مشکل ہو جاتا ہے -

(۳) علاج شروع کرنے سے پہلے معالج کو چاہئے کہ وہ مریض کی قوت حیات کا اندازہ کرلے اور دیکھے کہ مریض کا مادہ فاسد کس طرف ہے - اگر قوت حیات کافی ہے تو غسل زیادہ طاقت کے اور زیادہ مقدار میں تجویز کئے جاویں اگر مریض کی قوت حیات کم ہے تو غسل ہلکے اور چھوٹے چھوٹے تجویز کئے جاویں -

(۴) ہپ باتھ میں کمزور مریضوں کے لئے پانی کی حرارت ۸۵ تا ۸۶ درجہ تک بلکہ بعض حالتوں میں ۹۰ درجہ تک ہی اور مضبوط اور طاقتور مریضوں کے لئے ۶۶ تا ۸۷ درجہ لے سکتے ہیں +

(۵) اگر کوئی سخت کرائسس شروع ہو جاوے تو غسل ہلکے کردئے جاویں اور ضرورت کے موافق موجودہ تکلیف کو کم کیا جاوے -

(۶) جو مریض وہمی مزاج کے اور مستقل مزاج نہیں ہوتے ہیں اونکو خصوصیت کے ساتھ کسی تجربہ کار کی نگرانی کی ضرورت ہوتی ہے کیونکہ ایسے مریض کرائسس شروع ہو جانے پر علاج چھوڑ بیٹھتے ہیں - اور کرائسس کو نہیں سمجھتے ہیں نہ اوسکا دفعیہ کرسکتے ہیں +

(۷) بعض دفعہ مریض بظاہر مضبوط معلوم ہوتا ہے مگر قوت حیات اوسمیں کم ہوتی ہے - کیونکہ مادہ فاسد جسم کے اعصاب میں گھس جاتا ہے اور اعصابی طاقت کو کم کردیتا ہے -

(۸) قوت حیات اکثر ایسے مریضوں میں کم پائی جاتی ہے جنکا مادہ فاسد پشت کی جانب زیادہ تر ہوتا ہے - اور اعصاب کے آخری حصوں تک پہونچ جاتا ہے -

(۹) بعض لوگ پانی زیادہ سرد اس خیال سے لیتے ہیں کہ جسقدر زیادہ سرد پانی لیں گے اوسیقدر زیادہ فائدہ ہوگا - یہ خیال غلط ہے - تازہ پانی اور پانی کا نیچرل ٹمپریچر ہی ہر ایک ضرورت کے لئے کافی ہوگا -

زیادہ سرد پانی یا برف وغیرہ استعمال کرنے کی ضرورت نہین ہے۔

(۱۰) اسٹیم باتھ جلد کے قریب کے مادہ کو خارج کرتے ہین اور وہ امراض جو جلد کے ذریعہ سے مادہ آجانے کی وجہ سے پیدا ہوتے ہین یا مسامات بند ہونے کی وجہ سے نمودار ہوتے ہین۔ اسٹیم باتھ سے جلد رفع ہوجاتے ہین اس حالت مین اسٹیم باتھ دینا مناسب ہے۔ جیسے بخار۔ گنٹھیا۔ درد ریاحی۔ کھجلی۔ دنبل۔ پھوڑا وغیرہ۔

(۱۱) اسٹیم باتھ سے مادہ مین تحریک پیدا ہوتی ہے اگر کسی مادہ کو متحرک کرنا مقصود ہو اور متحرک کرکے اوسکو جلد خارج کرنا چاہین تو پہلے اُس جگہ پر اسٹیم باتھ دین۔ پھر ٹھنڈے غسل دئے جادین لیکن مریض کی قوت حیات کا اندازہ کرلین کہ مادہ کی تحریک سے اُس کو کچھ نقصان کا اندیشہ تو نہین ہے۔

(۱۲) سٹز باتھ تمام اعصاب مین تازگی پیدا کرتا ہے۔ مادہ خارج کرتا ہے۔ سب سے زیادہ مفید اور موثر غسل ہے جو مریض سٹز باتھ کی تحریک برداشت نہین کرسکتے اونکی ابتدا ہپ باتھ سے کرنی چاہیئے۔

ہپ باتھ سے کم تحریک پیدا ہوتی ہے اور یہ ایک ہلکا غسل ہے۔ مزمن اور موروثی امراض کے سوا تمام امراض مین بہت زیادہ مفید ہے۔ شدید امراض مین مثل پلیگ۔ کالرا۔ ٹائیفائیڈ فیور۔ چیچک۔ انفلوانزا وغیرہ مین سٹز باتھ اور ہپ باتھ یکے بادیگرے دینے مناسب ہین + فقط

راقم

صغیر حسن ڈاکٹر ہومیوپیتھ و ہائیڈروپیتھ
مقیم کرنال۔ ملک پنجاب

فہرست ردیف وار اُن رپورٹون کی جو مترجم کی لکھی ہوئی ہین اور اُن خطوط کی جو مترجم نے اس کتاب "بنا علم شفا بخشی" کے آخر مین دیتے ہین جنکے صفحات کا سلسلہ کتاب کے صفحون کے سلسلہ سے علیحدہ ہے

اطلاع

واضح ہو کہ اطلاع دہندہ جناب سوتی کرشن سروپ صاحب وکیل مترجم رسالہ ہذا کا کامیاب شاگرد ہے اور علاج غسل مین کافی دسترس رکھتا ہے اوس نے ۱۹۰۵ء سے زیر نگرانی مترجم صاحب اس علاج کے تجربات حاصل کئے ہین اور اوسکے ذریعہ سے ہندوستان کے مختلف صوبجات۔ مدراس۔ بنگال۔ بہار۔ ممالک متوسط پنجاب وغیرہ مین کثیر التعداد اصحاب نے اپنے مہلک اور لا علاج امراض مثل تپ دق۔ آنتون اور ہڈیونکی تپ دق۔ سل۔ تپ کہنہ۔ جذام۔ ذیابیطس اور اوسکے پھوڑے۔ گاوٹ۔ گٹھیا۔ نامردی۔ سخت قسم کا مائیگرین۔ برص۔ نیورس تھنیا وغیرہ وغیرہ امراض مین جبکہ وہ دیگر تمام قسم کے علاج ہائے مروجہ سے بالکل مایوس ہو چکے تھے غیر معمولی بلکہ بعض حیرت انگیز کامیابیان حاصل کی ہین۔ لہذا اگر کوہنی صاحب کے علاج ہذا کے شروع کرتے وقت یا دوران علاج مین کسی تجربہ کار شخص کے تحریری یا زبانی مشورہ کی ضرورت ہو۔ مراد آباد مین تشریف لا کر یا ہندوستان مین کسی دیگر مقام پر بلا کر علاج کرانا منظور ہو۔

اس علاج کے موجد مسٹر لوئی کوہنی صاحب کی تصانیف بزبان انگریزی۔ گجراتی۔ بنگلہ۔ مرہٹی۔ تیلگو مین خریداری منظور ہو۔ نیز علاج ہذا کے پیروان فخر قوم مسٹر گاندھی۔ مسٹر جی۔ وی۔ کرشنا راو سیکرٹری آل انڈیا کوہنی نیچر کیور سوسائٹی اور بعض دیگر امریکن اور جرمن اصحاب کی تصنیفات کی ضرورت ہو تو پتہ ذیل پر خط و کتابت کرین۔ فیس مشورہ متوسط درجہ کے لوگون سے عہ غریبون سے بلا فیس۔ فیس علاج عملی طور پر سکھلانیکی للعہ۔ فیس شہر کی عہ۔ دیگر معلومات بذریعہ خط کوئی شکوک رفع کرنے کی عہ۔ فیس باہر علاج کرنے کی دو سو روپیہ سے کم آمدنی والون سے فی یوم صہ معہ سفر خرچ و خوراک وغیرہ۔ زیادہ آمدنی والون سے راجاؤن وغیرہ عہ یومیہ۔ غریبون کا علاج اوسی شہر مین مفت۔ خریداری کتب کے لئے فہرست طلب کیجئے۔

نوٹ۔ باہر علاج کرنیکے لئے بجز خاص حالتون کے ایک ہفتہ کا قیام کافی ہے اور بعد ازان کبھی کبھی حسب ضرورت طلب کر سکتے ہین + پنڈت رام گوپال شرما محلہ کسرول مراد آباد یو۔ پی

بقلم منشی محمد مشتاق احمد منیجر و پرنٹر شرما پریس مراد آباد

چوتھی طبع کتاب ہذا کے متعلق دیباچہ

یہ بات اچھی طور سے کہی جاسکتی ہے کہ یہ سوال کہ "کیا مین تندرست ہون یا بیمار" ہر فرد بشر کے
لئے نیز تمام بنی نوع انسان کے لئے ضروری ہوگیا ہی - ہمکو یہ دیکھتے ہوئے اندیشہ معلوم ہوتا ہی کہ انسان
کی قوت اور تندرستی روز بروز زائل ہوتی جاتی ہی - اوسکی قوت مقابلہ (سہن شکتی) درجہ بدرجہ گھٹتی جاتی ہے
اور ہتھیار اُٹھانیوالے لوگون کی تعداد ہر جلسہ مین جوکہ ایسے اشخاص کے انتخاب کیلئے ہوتا ہے کم ہوتی جاتی ہی
اس واقعہ سے انکار کرنے کی کوشش کرنا گویا بے فائدہ حجّت کرنا ہے اور ایسی کوششین تکلیف دہ
امر حق کے چھپانے کے لئے بیکار ہین +

ہمارے حفظِ صحت کے متعلق صفائی وغیرہ کے بارہ مین گورنمنٹ بہت کچھ ترقی کرسکتی ہی اور کررہی ہے
لیکن اس کام کا زیادہ تر حصّہ ہر شخص منفرد کو اپنے ہی ذمہ لینا چاہیئے وہ شخص جوکہ اپنی تندرستی کی خبرگیری
خود نہین کرتا اوسکو اپنی تندرستی قایم رکھنے یا (گئی ہوئی کو) حاصل کرنے کی مشکل سے امید رکھنی چاہیئے +
ایک ایماندار شخص کے لئے (جوکہ یہ اپنا پاک فرض سمجھتا ہی کہ اپنے بال بچّون کی خاطر اور اپنا ٹکڑا پیدا
کرنیکے لئے اپنے جسم مین کافی قوت قایم رکھے) یہ سوال کہ آیا "مین تندرست ہون یا بیمار؟" اکثر اوقات
گھبراہٹ پیدا کرتا ہی + اگر اوس کے وسائل کافی ہین تو وہ شاید سالانہ یا اُس سے زیادہ بھی مرتبہ اپنا
امتحان کسی ہوشیار طبیب یا ڈاکٹر سے کرالیتا ہی گو کہ واقفیت جوکہ اُس شخص کو اس امتحان سے حاصل ہوتی ہی
وہ ہمیشہ قابل اطمینان نہین ہوتی - کیونکہ ممکن ہی کہ دو امتحانات کرانے کے درمیان مین کیا کچھ واقع نہ
ہوگیا ہو +

اس چھوٹی کتاب کا مقصد یہ ہی کہ ہر شخص کو ایک سچّا اور یقینی طریقہ ایسا بتلاوے کہ جس سے
روزانہ اوسکو عموماً اپنی تندرستی کی حالت - اور خاص کرکے اپنے آلات الهضم کی اور پھیپھڑون کی حالت

صاف طور سے معلوم ہو سکے + یہ سچ ہی کہ یہ بات معلوم کر لینا کچھ زیادہ کارآمد نہو گا اگر اسی کے ساتھ کھوئی ہوئی تندرستی حاصل کرنے کا طریقہ نہ تبلایا جاوے + پس اسی لئے تمام اُن اشخاص کو - جنکو کہ اس امر کا یقین ہو گیا ہی کہ وہ تندرست نہین ہین - ہم وہ وسائل تبلاتے ہین جنسے کہ دنیاوی نعمتون مین سے سب سے زیادہ بیش بہا نعمت یعنی تندرستی حاصل ہو سکے +

اس چھوٹے سے رسالہ کی تاریخ کے متعلق ہم یہی کہین گے کہ اول بار یہ ۹ سال ہوے کہ طبع ہوا تھا - اسکے بعد دوبارہ جولائی ۱۸۸۸ع مین طبع ہوا اور تیسری بار فروری ۱۸۸۹ع مین + نئی نئی طبع کی ضرورت میری امید سے بہت زیادہ ہوئی اور اس سے صاف معلوم ہوتا ہے کہ بڑی ضرورت کا یہ سوال کہ "کیا مین تندرست ہون یا بیمار" واقعی تمام دنیا کے لئے ایک سوال ہو گیا +

موجودہ طبع کتاب ہذا مین "سائنس آف فیشیل اکسپرشین" کے متعلق جو حصہ ہے وہ بالکل نئی ایزادی ہے جسکو اس کتاب کے سنگ شامل کرنے سے مین امید کرتا ہون کہ مین نے بہت سے لوگون کی خواہش پوری کری ہے +

یہ میری سچی دلی امید ہی کہ یہ چھوٹا سا رسالہ ناظرین کو اس امر کی ترغیب دیوے گا کہ وہ خود اپنی اور اپنے بال بچون کی تندرستی کی حفاظت کرین - اور یہ رسالہ تمام قومون کے مضبوط بنانے مین کارآمد ہو +

لوئی کوھنی - لیپزگ یکم جنوری ۱۸۹۳ع

مترجم رسالہ ہذا کے نزدیک مذکورہ بالا دیباچہ سے بہتر کوئی اور امر بطور دیباچہ پیش نہین کیا جا سکتا - اسموقع پر مترجم رسالہ ہذا یہ تحریر کرنا ضروری سمجھتا ہی کہ بابو ہرنراین صاحب قانونگو شاہجہانپور کے ترجمہ سے جسکو کہ اُنھون نے مترجم کو دیا تھا مترجم کو اس ترجمہ کے کرنے مین بہت بیش قیمت امداد ملی اور اُسکا بہت سا حصہ بجنسہ اس ترجمہ کا جزو کر دیا گیا ہے - پس اس ترجمہ کو میرا اور منشی ہرنراین صاحب کا مشترکا کیا ہوا کہنا بیجا نہو گا منشی صاحب موصوف کو جو دلچسپی اور رغبت اس طریق علاج مین ہی وہ ضرور قابل تحسین ہی +

سروتریہ کرشن سروپ مرادآباد
۷ - جنوری ۱۸۹۴ع

انسان اُس وقت تندرست کہا جا سکتا ہی کہ جب اُس کے اعضاے بدنی بغیر پیدا کرنے کسی قسم کی بے چینی یا تکلیف کے اپنا اپنا کام بخوبی انجام دین - کام کے بعد تھکاوٹ کا پیدا ہونا ایک قدرتی بات ہی اُس سے کوئی تکلیف نہین ہوتی بلکہ آرام و سونے کی قدرتی خواہش پیدا ہوتی ہی اور تندرست آدمی کو آرام ایسا ہی خوشگوار معلوم ہوتا ہی جیسے کہ اوس سے پیشتر کی محنت و مشقت اچھی معلوم ہوتی ہے

کل اندرونی اعضا اپنا اپنا کام تقریباً خودبخود کرتے ہین جسکی کہ ہمکو خبر ہی نہین ہوتی - اور جب کبھی خبر ہوتی ہی تب یا تو اعضا مین کچھ ابتری واقع ہوئی ہی یا کوئی مضر اثر اونپر پڑا ہوتا ہے مثلاً اگر کسی آدمی کو کھانا کھانے کے بعد بجز سیری کے کوئی دوسری بات محسوس ہو تو یا تو معدہ مین کچھ ابتری ہے یا اُس نے کوئی ناموافق غذا کھائی ہی - لیکن جسم بحیثیت مجموعی ایک شئے ہے جس کے ہر جزو کو اپنا اپنا فرض منصبی ادا کرنا لازمی ہی ورنہ کل جسم کو تکلیف گوارا کرنا ہوگی - اگر بدن کا کوئی حصہ اپنا کام کرنے کے قابل نہو تو باقیماندہ حصص اُسکے ساتھ مین ضرور کم و بیش تکلیف پائین گے -

(تمثیل اُسکی یُون سمجھنا چاہیے کہ) جس طرح گھر مین ایک مریض کے ہونے سے سب گھر والون کے کاروبار مین خلل واقع ہوجاتا ہی + اِس بات کی سچائی کو غالبًا ہر ایک آدمی اپنے ہی تجربہ سے جانتا ہے مثلًا ہاتھ کا زخمی ہونا ہمکو فقط کام کرنے ہی سے باز نہین رکھتا بلکہ اُن اعضا پر بھی اثر ڈالتا ہی جو کہ ہماری قوّت ارادہ کے تابع نہین ہین مثلًا دل یا معدہ۔ پس ممکن ہی کہ ایک زخم کی وجہ سے ہماری اشتہا ایک معقول عرصہ تک جاتی رہے + اس موقع پر[1] رگون سے سلسلہ ملا ہوا ہے۔ پس ہم دعوی سے کہتے ہین کہ ہر ابتری کا اثر کل جسم پر ہوتا ہے اور اُس کے برعکس اگر ہم یہ ثابت کر دین کہ کسی بدن کا ایک عضو اپنا کام پُورا پُورا انجام دیتا ہے تو (نتیجہ یہ ہے کہ) اوسکا کل جسم تندرست ہوگا۔ لیکن پُرانی ابتریان کل جسم مین بڑے بڑے تغیرات پیدا کر دیتی ہین اور جسم کے تمام عمل مناسب طور سے نہین ہوتے ۔ یہ تغیرات چہرہ مین نہایت صاف طور پر دیکھے جا سکتے ہین کیونکہ اوسمین (چہرہ مین) **عجیب طور پر کثیر التعداد رگین موجود ہین** - اور ترقی پائی ہوئی یا نہایت سخت ابتریان قریب قریب ہر شخص کو مریض کے بشرہ سے معلوم ہوجاتی ہین + بیماری کی ابتدا کو خصوصًا دیر پا امراض کی حالت مین۔ معلوم کرلینا اگرچہ غیر ممکن نہین ہی لیکن ذرا زیادہ دشوار ضرور ہی + مصنف کتاب ہذا نے برسون اِس مسئلہ پر غور و خوض کیا ہی جسکا نتیجہ یہ ہوا ہی کہ رفتہ رفتہ **سائنس**[2] **آف فیشیل اکسپریشن** دریافت کرلیا گیا ہے اور اوسوقت سے اسوقت تک وہ (یعنی مصنف)

نوٹ [1] مطلب یہ ہی کہ زخم کا سلسلہ رگون کے ذریعہ سے دل و معدہ سے ملا ہوا ہے ۱۲

نوٹ [2] اکسپریشن کے معنی انگریزی مین اظہار - بیان فیشیل بمعنی چہرہ - آف بمعنی کا سائنس بمعنی علم - اس کل فقرہ سے مراد اُس علم سے ہی جسکے ذریعہ سے کہ چہرہ کی صورت دیکھ کر تشخیص مرض کرتے ہین یعنی چہرہ کو دیکھ کر مریض کی بیماری موجودہ یا آیندہ بتلا سکتے ہین اس علم کا ذکر کتاب ہذا مین بہت جگہ آیندہ آویگا - ۱۲

چہرہ وگردن کی حالت وصورت سے مرض کا درجہ اور مقام تشخیص کرنے مین کامیاب ہوتا رہا ہے۔ لیکن اُن بہت سی علامات[1] کا جوکہ محض عملی مشاہدہ سے ہی جانی جاسکتی ہین بطور اصول کے سمجھانا بہت مشکل ہے۔ اور چونکہ ہم اس قابل ہین کہ دوسری زیادہ تر سادہ علامتین پیش کرسکین لہذا اس موقعہ پر ہم اس مضمون پر زیادہ بحث نہین کرینگے لیکن خاتمہ پر مختصر طور سے کچھ اسکا ذکر کرین گے + تندرستی کے واسطے وہ اعضا نہایت ضروری ہین جنکا کام جسم کا بنانا اور پرورش کرنا ہے یعنی آلات تنفس و آلات الہضم۔ اور یہی دونون مرض سے زیادہ موثر ہوتے ہین۔ اور فی الواقع میرا مشاہدہ یقینی طور پر ظاہر کرتا ہے کہ جملہ اندرونی خرابیون کی پیدایش آلات[2] الہضم کے امراض سے ہوتی ہے۔ اور درحقیقت ہاضمہ کی خرابیان ضرور بالضرور دیگر ابتریان پیدا کرینگی۔ گوکہ یہ خرابیان محض ناقص پرورش کی وجہ سے ہی ہون کیونکہ خون کی خوبی کا انحصار اوس طریقہ پر ہے جس طریقہ سے کہ ہاضمہ کا عمل ہوتا ہے اور مناسب پرورش کے لئے تندرست خون کا موجود ہونا امر[3] مقدم ہے۔

نوٹ ۱ مراد ہے چہرہ کے تغیر اور تبدل کی حالتون سے ۱۲

نوٹ ۲ معدہ۔ جگر و انتڑیون سے مراد ہے۔ مثل مشہور ہے کہ بیماری اودر (شکم) سے ہوتی ہے یا رودھر (خون) سے ۱۲

نوٹ ۳ جسم کی عمدہ پرورش کے لئے خون بھی عمدہ ہونا چاہیئے خون سے ہی جسم کی پرورش ہوتی ہے اور عمدہ ہاضمہ سے ہی عمدہ خون بنتا ہے۔ عمدہ خون بنانے مین غذا مقدم ہے۔ غذا کے بارہ مین مفصل بحث کتاب نیا علم شفابخشی کے باب سوم "ہم کیا کھائین اور ہم کیا پئین۔ عمل ہاضمہ" مین کی گئی ہے ۱۲

صحیح ہاضمہ کا بیان

انسانون کا (ایسا) حصّہ نہایت ہی کم ہی جو اپنے واقعی کامل ہاضمہ پر فخر کر سکتا ہو اور ایسے انسانون کی تعداد قریب قریب اوسی قدر ہی جسقدر انسان کہ آخرکار زیادہ عمر[1] پاکر وفات پاتے ہین - کیا یہ تعجب کی بات ہی ؟ ہرگز نہین کیونکہ جیسا ناقص برتاؤ معدہ کے ساتھ کیا جاتا ہی ویسا اور کسی چیز کے ساتھ نہین کیا جاتا - لیکن آلات الہضم کی ابتریون مین یہ ضروری ہی کہ اونکی شروعات کا لحاظ کیا جاوے اور درحقیقت وے (ابتریان) فوراً شناخت مین آجاتی ہین - چنانچہ ڈکار[2] کا آنا - قے کا ہونا - یا معدہ کے نواح مین دباؤ کا ہونا بے خطا علامات ابتری معدہ کی ہین لیکن (افسوس کہ) اونکی طرف سے عموماً اُس وقت تک لاپروائی کیجاتی ہی جب تک کہ وے تکلیف نہ دینے لگین + ایک اور خاص علامت بیان کیجا سکتی ہی جس سے کہ چھوٹی سے چھوٹی ابتری بھی شناخت مین آجاتی ہی یعنی جب سب آلات الہضم تندرست ہوتے ہین تب اونکا کام ہر وقت اور ہر حالت مین صحیح رہتا ہے اور پاخانہ مناسب طور سے خارج ہوتا ہی - اب دیکھئے بڑی آنت کے دہانہ کی ساخت ایسی معقول ہی کہ جسم مین فضلہ بالکل لگا نرہنا چاہیئے - پس جب کبھی فضلہ لگا رہے تو سمجھ لینا چاہیئے کہ قوام فضلہ سے آنت کے دہانہ تک پہونچنے کے پیشتر بخوبی کام نہین لیا گیا ہی اور یہ کہ آلات ہضم مین کچھ ابتری ہی + جملہ حیوانات صحرائی کے اخراج فضلہ کی ایسی ہی کیفیت روزمرّہ دیکھی جا سکتی ہی اور کسی جانور کی تندرستی

نوٹ [1] مطلب یہ ہی کہ زیادہ عمر پاکر بہت کم آدمی مرتے ہین جس سے ظاہر ہی کہ کامل ہاضمہ والے کم دستیاب ہوتے ہین کیونکہ جسکا ہاضمہ کامل و درست ہوتا ہی وہی زیادہ عمر تک زندہ رہتا ہی ۱۲ نوٹ [2] غالباً کھٹی ڈکار

اکبر [illegible]

کی حالت کا اسی بات سے یقینی طور پر فیصلہ کیا جا سکتا ہے۔ یہ ہی کیفیت انسان کی بھی ہے۔ پورے تندرست آدمی کا کام بغیر کاغذ[1] کے نکل سکتا ہے اور اُس کا نہ تو جسم گندہ ہو گا نہ کپڑا۔ جب پاخانہ ایسی کامل صفت کا ہو تو یہ سوالات کہ پاخانہ کسقدر ہوا اور کے مرتبہ ہوا فضول ہیگا ہین کیونکہ تندرست جسم اپنی ہر بات کا انتظام خود ہی کرلیتا ہے۔ یہ بات بہت عرصہ تک بچّون اور جوانون پر مشاہدات کرنے سے پایۂ تحقیق کو پہونچ چکی ہے اور ہر حالت مین صحیح ثابت ہوئی ہے۔ اور وہ شخص جس کا ہاضمہ ایسے کامل طریقے کا ہے بغیر خوف کسی تردید کے اس بات کا دعویٰ کرسکتا ہے کہ وہ تندرست ہے[2] اور اُسکا کل جسم بھی اوس وقت بے نقص حالت مین ضرور ہے کیونکہ کوئی مرض کیون نہو اوسکا کچھ نہ کچھ اثر ہاضمہ پر ضرور ہوتا ہے۔ گو وہ اثر بہت ہی خفیف ہو۔ ایسے تندرست آدمی کی بابت ہم یہ بات مان لیوین گے کہ اُسکا طرق زندگی عقل اور قانونِ قدرت کے مطابق ہے۔ مصنّف کتاب ہذا ایسے (تندرست) اصحاب سے درخواست کرتا ہے کہ وے لوگ اوس کو اس مضمون کے متعلّق خصوصیت کے ساتھ آگاہی بخشین اگرچہ اسمین شک نہین کہ بہت ہی کم اشخاص ایسا کرنے کے قابل ہونگے[3]

نوٹ [1] بجاے آبدست کے کاغذ کا استعمال یورپ کا دستور ہے ۱۲

نوٹ [2] یہ نتیجہ مصنّف نکالتا ہے نہ کہ یہ اُس شخص کے الفاظ ہین جو کہ تندرست ہونیکا دعوی کرسکتا ہے ۱۲

نوٹ مصنّف [3] اس وقت تک کوئی اطلاع مصنف کے پاس نہین پہونچی حالانکہ یہ کتاب تین مرتبہ طبع ہو چکی ہے اور ضرور ہزارون نے پڑھی ہوگی ۱۲

ابتری ہاضمہ کے اسباب اور نتائج

اسمین کوئی شک نہین کہ ہاضمہ مین ابتریان قانون قدرت کے خلاف زندگی بسر کرنے سے ہوتی ہین اور شراب اور گوشت کے استعمال کے ساتھ اور تیز مصالحون اور غذا مزیدار بنانیکی ترکیبون کے استعمال کے ساتھ انھون نے جڑ پکڑ لی ہے۔ ہمارے بزرگانِ قدیم کی سادہ اور صحت بخش غذا اکثر لوگون نے ترک کر دی۔ (اب حال یہ ہے کہ) ہر غذا خوب مصالحہ دار۔ اشتہا خیز۔ نہایت شیرین یا نہایت تُرش ہونی چاہیے۔ پس ایک طرف تو آلات الہضم پر اونکی طاقت سے زیادہ کام ڈالا جاتا ہے اور دوسری طرف اونکو اپنے قدرتی کام سے بچانے کی کوشش کیجاتی ہے اور ہر قسم کے ایسے کہانے جنمین کہا جاتا ہے کہ غذائیت بہت مقدار مین اکھٹا کر دی گئی ہے طیار کئے جاتے ہین مثلاً یخنی گوشت کے جوہر۔ گوشت خالص و نباتاتی غذائین خاص خاص شکل کی بناکر پیش کیجاتی ہین اور یہ سب اس مطلب سے کہ معدہ کا قدرتی کام آسان ہو جائے +

اس حالت مین معدہ کا حال مثل دیگر اعضائے جسم کے ہو جاتا ہے یعنی جب اونکو مقدار سے کم یا زیادہ کام کرنے کو دیا جاتا ہے تو وے کمزور اور ضعیف ہو جاتے ہین۔ یہ کمزوری یا اوپن کہنی مرض آہستہ آہستہ پیدا ہوتا ہے اور اس وجہ سے مریض اوسکا عادی ہو جاتا ہے۔ اور اسی بات مین خطرہ عظیم موجود ہے۔ اگر اسکے نتائج ایسے ہی جلد ظاہر ہوتے جیسے جلد کہ کثرت سے شراب پینے کے بعد بہت نشہ ہو جایا کرتا ہے تو اسکا تعلق فوراً معلوم ہو جاتا۔ اور (اصلی) سبب سے پرہیز کیا جاتا + آلات الہضم اکثر بچپن ہی مین خراب ہو جاتے ہین اور یہ حالت کم بیش ان بچون کی ہوتی ہے

جنکی پرورش مصنوعی غذا پر کیجاتی ہے اور ماؤن مین بچون کو دودھ پلانے کی ناقابلیت ایک نہایت افسوسناک خرابی ہی جو کہ خود ہی یقینی علامت خراب تندرستی کی ہی + درحقیقت اگر بچپن سے ذرا قبل[1] کے زمانہ پر غور کیا جاے تو معلوم ہوگا کہ زیادہ تر بچّے دنیا مین مریض پیدا ہوتے ہین کیونکہ بیمار والدین سے بیمار ہی اولاد پیدا ہوگی جیسے کہ بیمار درختون مین تندرست پھل نہین لگ سکتے۔

یہ ایک بڑی افسوسناک بات ہی لیکن ہم کو خالی شکایت کرنے سے ہی کچھ امداد نہ ملے گی ہم کو یہ دیکھنا چاہیئے کہ حتّی الامکان اس خرابی کے دور کرنے کے واسطے کیا ہو سکتا ہے اور اس بارہ مین کچھ بھی ناامیدی کا موقع نہین ہے جیسا کہ ہم کو آخر مین معلوم ہو جاوے گا +

اب ہمکو اس امر پر غور کرنا ہی کہ جسم کے اندر کس قسم کے طریق عمل سے ابتریان پیدا ہوتی ہین جملہ غیر قدرتی غذا کو جو جسم کے اندر داخل ہوتی ہے جسم اپنا دشمن سمجھتا ہے اور اس لئے حتّی الامکان اُس سے جلد پیچھا چھوڑا لینے کے لئے کوشش کرتا ہی۔ خواہ قَے یا اسہال کے ذریعہ سے یا کسی دیگر طریق سے۔ بہرکیف اگر وہ جبرًا خارج نہین کردیجاتی تو وہ معدہ سے قبل از وقت نکال دیجاتی ہے اور پرورش کرنے کی قابلیت رکھنے والی غذا کو بھی قبل اس کے کہ آخرالذکر پورے طور سے معدہ مین ہضم ہو جاے اپنے ہمراہ لے جاتی ہی۔ اس طریق سے غیر قدرتی اور غیر منہضم اجزاے غذا انتڑیون مین پہونچتے ہین اور اونکی (انتڑیون کی) حالت مین بھی عمل ہاضمہ مناسب طور سے نہین ہوتا + ایسے اجزا عمومًا قدرتی طور سے خارج ہو جاتے ہین۔ اور اگر کوئی جزو اوسکا خون مین داخل بھی ہو جاوے

نوٹ [1] اُس زمانہ سے مراد ہے جبکہ بچّہ شکم مادر مین ہوتا ہے ۱۲

تو وہ فوراً علیحدہ کردیا جاتا ہی۔ پس ممکن ہے کہ محض ایک ہی مرتبہ غلط قدم رکھنے سے کوئی دوامی نقصان پیدا نہو لیکن بدقسمتی سے قوانین قدرت کی شاذونادر خلاف ورزیان بہت ہی کم ظہور مین آتی ہین۔ بلکہ نئی نئی خلاف ورزیان جلد جلد ہونے لگتی ہین اور اکثر بار بار شاید روزانہ بھی کیجاتی ہین۔ جسم اب اس قابل نہین رہتا ہے کہ اُس کام کو کرسکے جو کہ اوس کو کرنا چاہیئے اور اجتماع مادّہ فاسد جلد ہونے لگتے ہین۔ اسکا (مادہ فاسد کا) ایک حصّہ شروع شروع مین پیڑو کے اندر اخراج مواد کے قدرتی راستون کے قریب جمع ہونے لگتا ہی۔ نئے نئے اجتماع سے اسکی مقدار بڑھتی رہتی ہے اور ایک اندرونی تبدیلی جلد واقع ہو جاتی ہی۔ مادّہ کے اجزا علیحدہ علیحدہ ہونے لگتے ہین اور اُس مین جوش جلد شروع ہوجاتا ہی۔ جوش کھاتا ہوا مادّہ اب جبکہ وہ خارج نہین ہوتا ہے تو اوپر نیچے کو پھیلنے لگتا ہے رفتہ رفتہ جسم کے جملہ حصّون مین گھُس جاتا ہے اور اونمین اپنے اجتماع پیدا کردیتا ہے دھڑ سے یہ سر اور ہاتھ و پیرون مین زور کرتا ہوا جاتا ہی۔ حتّٰی کہ اوسکا راستہ انتہائی حصّون مین رُک نہ جاوے + اپنے کو محفوظ رکھنے کے لئے اب جسم ہر طرح سے اسکو سطح پر لانے کی کوشش کرتا ہے۔ لیکن ایسا کرنے مین زیادہ عرصہ تک کامیابی قایم نہین رہتی ہی اس غرض کے لئے جسم کثرت سے پسینہ نکالتا ہے۔ نیز پھوڑیان وغیرہ جو کہ اولاً ہمیشہ انتہائی سرون پر نکلتی ہین۔ اس طریق مین پسیجتے ہوئے پاؤن (جسکی نسبت کہ رائین اسقدر مختلف ہین) درحقیقت جسم کو آرام پہونچانے کا کام کرتے ہین۔ سچ تو یُون ہے کہ وے ناقص تندرستی کی ایک پہچان ہین لیکن خلاف قدرتی طریق سے پسینہ کا بند کرنا اندرونی خرابیون کو بڑھا دیوے گا + تحریک کرنیوالے اسباب کے باعث مثلاً دفعتاً ٹھنڈ لگ جانے (زکام) بیرونی ضربات یا طبیعت مین زور کے جوش کے باعث جسم کثرت

اس مادّہ کو آخری سرون سے پھر اُس راستہ کو واپس لیجاتا ہے جس راستہ سے کہ وہ آیا تھا +
اب مادّہ جوڑون کے نیچے معمولًا ٹھہر جاتا ہی - پس ورم پیدا ہو جاسکتے ہین جو کہ ہمیشہ اسی وجہ سے
جوڑ کے نیچے ظاہر ہوتے ہین - جیسا کہ ہم تیز گٹھیا کی بیماری مین دیکھ سکتے ہین +

جسم کے جملہ حصّے جنمین کہ مادّہ فاسد جمع ہو جاتا ہے اپنا فطرتی کام مناسب طور سے
آیندہ نہین کر سکتے - دورانِ خون مین فرق آجاتا ہی اور اس وجہ سے جسم کی پرورش مین
نقص ہو جاتا ہے + اگر اُن حصّون مین مادّہ فاسد کا بار بہت زیادہ ہی تو وہ چھونے سے سرد
معلوم ہونگے - اور اونکا گرم کرنا مشکل ہے - یہ حالت اوّلًا ہاتھ و پیرون کی ہوتی ہی لیکن جلد
ہی دیگر حصّون مین بھی معلوم ہونے لگتی ہے +

لیکن اسی کے ساتھ مادّہ فاسد سے جسم کی شکل بھی غیر قدرتی طریقہ مین تبدیل ہو جاتی
ہے - یہ تو ایسی ایک معمولی بات ہو گئی ہی کہ بہت سے لوگون کو اسمین (شکل تبدیل ہو جانمین)
کوئی تعجب کی بات نہین معلوم ہوتی - گو کہ ہر شخص شکل کی ان تبدیلیون سے ہی معلوم کر سکتا ہی کہ
جسم مین جوش کھاتے ہوے مادّہ کا کسقدر بار موجود ہی + اس بات پر جو کہ مذکور ہوئی مصنف
رسالہ ہذا نے اپنا سائنس آف فیشیل اکسپریشن (یعنی چہرہ کو دیکھ کر مرض کے دریافت کرنیکا علم)
مبنی کیا ہے کیونکہ چہرہ اور گردن مین چھوٹی سے چھوٹی تبدیلیان بھی ظاہر ہو جاتی ہین - گو کہ اونکی
شناخت اور اونکی ماہیت کی تمیز محض مدت تک مسلسل اور بغور مشاہدہ سے ہی کیجاسکتی ہے +
اس موقع پر اُس معیار تندرستی[1] کی طرف پھر توجہ دلانا چاہیئے جسکا کہ ذکر پہلے ہو چکا ہے - جبکہ اُس سے

نوٹ [1] صفحہ ۸ پر اسکا ذکر آچکا ہے ۱۲

تندرستی پوری صحیح معلوم ہوتی ہی تو ہاضمہ کی نالی مین یقیناً کوئی جوش کھانیوالا مادّہ موجود نہین ہے - اور پس جسم مین بھی (موجود نہین ہی کیونکہ یہ اول انتڑیون مین ظاہر ہونا چاہیئے) لیکن اگر اس سے معلوم ہووے کہ جسم اب پوری حالت تندرستی مین نہین ہی تو سب سے اول بات یہ ہونی چاہیئے کہ جسم کی شکل مین تبدیلیون کو دیکھ کر یہ بات دریافت کرین کہ جسم مین کس حد تک مادہ فاسد نے دخل کر لیا ہی + بعض اوقات ایسے اجتماع ہو جاتے ہین جن کو ہر شخص دیکھ سکتا ہی مثلاً رسولیان اور غدود - جو کہ مثل مذکورہ بالا تبدیلیون کے خود بخود فوراً غائب ہو جاینگے جب کہ ہم جسم کو بخوبی صاف کرنے مین کامیاب ہو جائین - لیکن جس کو (مادّہ فاسد کو) کہ ہم مصنوعی طریقہ مین (عمل جرّاحی سے) جسم کو بغیر نقصان پہونچاے ہوئے نہین نکال سکتے کیونکہ مادہ جو کہ اون حصّون مین (یعنی جنپر کہ عمل جراحی ہوا ہی) جمع ہو گیا[1] ہوتا تب جسم[2] کے دیگر حصّون مین جانے لگتا ہی +

وہ جسم جو کہ جوش کھانے والے مادّہ کا بار اپنے مین رکھتا ہے مرض طرق مین بیمار ہے اور جسقدر کہ ایسا مادّہ اوسمین زیادہ موجود ہی اوسیقدر وہ جسم زیادہ بیمار ہے + اور اس سے جو نتائج پیدا ہوتے ہین اونکا ایک سلسلے مین بتدریج اثر ڈالنا مریض کے تئین خرابی کی موجودگی سے زیادہ زیادہ زور کے ساتھ آگاہی بخشتا ہے + خمیری مادّہ کا میلان ہمیشہ خمیر اوٹھانے کا ہوتا ہی - اور اس بات کا انحصار محض بیرونی حالات پر ہوتا ہے کہ آیا یہ خمیر جلد اوٹھے یا دیر مین اوٹھے + موسم مین کسی قسم کی تبدیلی - ایسی غذا کا

نوٹ [1] یعنی اُس حالت مین جمع ہو گیا ہوتا اگر عمل جراحی نہ کیا گیا ہوتا ۱۲

نوٹ [2] یعنی عمل جراحی کئے جانے کے بعد +

کھانا جسمین کہ جلد خمیر اوٹھنے کی قابلیت ہی یا کسی دوسرے سبب سے خمیر کا اوٹھنا شروع ہوسکتا ہی + اگر جسم مین مادّہ فاسد زیادہ موجود ہے تو یہ جوش (خمیر) کل جسم پر پہیل جاویگا یا اوس کے ایک بڑے حصّہ پر + مگر خمیر سے گرمی پیدا ہوتی ہے جو کہ عموماً تمام جسم مین معلوم ہونے لگتی ہے جبکہ جوش (خمیر) کی کارروائی دُور تک پھیل جاچکی ہی + یہ گرمی وہی ہے جسکو کہ عموماً بخار کی گرمی کے نام سے نامزد کرتے ہین - خمیر اوٹھنے کے دوران مین مادّہ فاسد کے جلد ترقی کرنے کی وجہ سے جسم اوس کو خارج کرنے کے واسطے اپنا پورا پورا زور اچھی طرح سے لگانے پر مجبور ہو جاتا ہی + مادہ فاسد کو خارج کرنے کی جسم کی یہ کوشش بخار کہلاتی ہی + **پس ہر ایک حاد (تیز) بخار تندرستی حاصل کرنے کی ایک کوشش ہی جو کہ جسم مین کارروائی جوش (خمیر) کے جاری رہنے سے پیدا ہوتی ہی** + اس قسم کی بخار والی خرابیان حاد یعنی شدید بیماریان کہلاتی ہین +

اس سے یہ نتیجہ نکلتا ہی کہ جیون ہی کہ اخراج مطلوبہ حاصل ہونے لگتا ہے تب ہی بخار کو خود بخود غائب ہو جانا چاہیئے + اگر اسکو مصنوعی طریق مین دبا دیا جائے تو خمیر کا مادّہ جسم مین رہ جاویگا اور آخر الذکر (یعنی جسم) بمقابلہ پیشتر کے ایک زیادہ خراب حالت مرض مین ہو جاویگا +

پیارے ناظرین کیا تمہین کبھی اس بات مین تعجب نہین معلوم ہوا ہے کہ جب تمھارا ایک دوست تو اس بات کا دعوی کرتا ہی کہ پچھلے دورۂ بخار کے بعد اوسکی تندرستی بلاشبہ زیادہ اچھی رہی ہے اور دوسرے نے یہ شکایت کی ہی کہ پچھلے حاد مرض کے نتائج اوس کو متواتر تکلیف دے رہے ہین + اب آپکو اُن دو ظاہرا ایک دوسرے کے برخلاف باتون کے سمجھنے

مین کوئی دقت نہ ہوگی - حالت اوّل الذکر مین تو بخار کو مادّہ فاسد کے علیحدہ کرنے مین کامیابی ہوئی - مگر حالت آخرالذکر مین نہ ہوئی -

اونکے ظاہری علامات مین فرق ہونے کے لحاظ سے اُن بخار والی بیماریون کے مختلف نام رکھے گئے ہین اونمین وہ سب مرض شامل ہین جو کہ خاصکر بچون کو ستاتے ہین کیونکہ بچہ کا جسم ہمیشہ جسم کو صاف کرنے (شُدھ کرنے) کی کارروائی کو زیادہ جلدی قبول کرنے کی قابلیت رکھتا ہے - مثلاً خسرہ - سُرخ بخار - ڈفتھریا - چیچک - سیتلا وغیرہ + ہیضہ - ٹائفس - پیچش بھی ایسی ہی کارروائیان ہین جیسا کہ مین پہلے کہہ چکا ہون اِن سب کا بھی ایک اصلی سبب ہے - اور انکے طریق روانی کے فرق کا انحصار خاصکر بیرونی حالات پر ہے - خاصکر کم و بیش مقدار اُس مادّہ فاسد پر جو کہ قدرتی نکاسِ اخراج مواد کو روکے ہوئے ہو +

یہ امر قابل لحاظ ہے کہ اکثر مضبوط شخصون کی حالت مین کوئی شدت کا بخار نہین واقع ہوتا ہے اور جسم مادّہ فاسد کو بغیر ظاہر اکسی نقصان پہونچانے کے جذب کرلیتا ہے - اور جیسا کہ پہلے بیان کرچکے ہین صرف ایک جزو کو ہی بشکل پسینہ وغیرہ خارج کردیتا ہے + ایسے اشخاص معمولاً اپنی عمدہ تندرستی پر ناز کرتے ہین کیونکہ (مادّہ فاسد) کے رفتہ رفتہ جمع ہونے سے کوئی تکلیف معلوم نہین ہوتی + بعد کو ایسے شخصون کو ایسا ہی تجربہ ہوتا ہے جیسا کہ اُن لوگون کو جنکا کہ بخار ادویات سے دبا دیا گیا ہے - مابعد کے نتائج بمقابلہ امراض حاد (تیز) کے زیادہ خطرناک ہوتے ہین + رفتہ رفتہ تکلیف کے وہ واقعات پیش آتے ہین - مثلاً دردسر - زکام - کھانسی درد دندان - اور جملہ قسم کی دیگر بعید تکلیف وہ شکایات پیش آتی ہین - زندگی بوجہ معلوم

ہونے لگتی ہے اور گھبراہٹ روزانہ زیادہ زیادہ ناقابل برداشت ہوتی جاتی ہی + جسم کے بعض حصّے ضائع بھی ہونے لگتے ہین - دانت خراب ہوجاتے ہین - بال سفید ہوجاتے ہین یا گر جاتے ہین - آنکھین اور کان بعض اوقات اپنا کام مناسب طورسے کرنے سے انکار کرتی ہین - یا پورے طورسے اندھاپن یا بہراپن ہوجاتا ہے + ہاتھ پیر جنمین کہ اجتماع (مادّہ فاسد) بہت زیادہ ہوتے ہین سرد معلوم ہونے لگتے ہین اور گٹھیا کے درد بسا اوقات پیدا ہوجاتے ہین + ہاضمہ بھی دم بدم زیادہ خراب ہوتا جاتا ہے اور قبض کے بعد اسہال اور اسہال کے بعد قبض پیدا ہوجاتا ہے - یہ ہردو اندرونی گرمی کی علامات ہین + خمیر (جوش یا سٹرن) کی جمع کارروائیون مین آنتون کے اندر اولاً بڑی گرمی پیدا ہوجاتی ہے جس سے اونکی جھلّی کی رطوبت خشک ہوجاتی ہی اور قبض پیدا کردیتی ہی + جب کبھی کہ دست آتا ہی تو پاخانہ انتڑیون سے رقیق صورت مین غیر منہضم حالت کا خارج ہوتا ہے اور اسہال شروع ہوجاتا ہے +

ہم اُن تمام خرابیون کو شمار مین لاسکتے ہین جنکی نسبت خیال مین آسکتا ہی کہ انکے بعد (یعنی اُن صورتون کے بعد جنکا کہ ذکر اوپر کے فقرون مین آگیا ہی) وقوع مین آتی ہین لیکن اِن خرابیون کا نام کسی کے کارآمد نہوگا - پس ہم صرف مشہور مشہور اور خوف دلانیوالے امراض پھیپڑہ کا معہ اونکی اصلیت کے ذرا زیادہ تشریح کے ساتھ بیان کرین گے +

پھیپڑے مثل دیگر اعضا کے جب ہی بیماری کے زیر اثر آتے ہین جب کہ اونمین خمیری مادّہ بھرا ہوتا ہے اور جب کہ یہ مادّہ اپنی واپسی کے راستہ پر کہین رک جاتا ہے تو وے ضائع ہونے شروع ہوجاتے ہین + یہ مادّہ خمیر کا پیڑو سے چلکر پھیپڑون مین گذرتا ہوا اوپر کو جاتا ہے

اور جسم مین انتہائی مقام پر گندہ ہون کے تلے پھیپڑون کے سرون مین پہونچ جاتا ہے + بوجہ اسکے کہ اب اوپر کو سر یا ہاتھون مین اور آگے نہین بڑھ سکتا - اس مقام پر یعنی پھیپڑون کے اوپر کے سرون مین ایک قسم کی زیادہ رگڑ اور سڑن (خمیر) قدرتی طور سے پیدا ہوجاتی ہے - جس سے لازم ہے کہ (پھیپڑے) ضائع ہونے لگتے ہین - جیون ہی کہ مادّہ فاسد مین بیحد سڑن پیدا ہوجاتی ہے + اسوجہ سے یہ بات ہے کہ مرض ہمیشہ پھیپڑون کے سرون مین ہی شروع ہوتا ہے + ہر شخص فوراً اپنے پھیپڑون کی صحیح صحیح حالت سے آگاہی حاصل کرسکتا ہے + جبکہ وے تندرست ہوتے ہین تو ہم منہ بند کرکے ناک کی راہ سے سانس لیتے ہین - اور جیون ہی کہ (سانس لینے مین) منہ مجبوراً کھولنا پڑتا ہے تو کوئی نہ کوئی خرابی خواہ ناک کی یا خود پھیپڑون کی ہی اوسکی وجہ ہوتی ہے + لیکن ناک کی بیماریان آسانی سے شناخت مین آجاتی ہین - لہذا ہم سانس لینے کے طریقے کو دیکھ کر پھیپڑون کی حالت کی جانچ کامل یقین کے ساتھ کرسکتے ہین + میانہ قدم سے پیدل چلنے کی حالت مین صرف اس بات کو دیکھئے کہ آیا تمہارا منہ بند رہتا ہے یا نہین - یا اور بھی بہتر ہوگا کہ کوئی دوسرا شخص اس بات کو دیکھے کہ جب تم سوتے ہو + اسکے علاوہ اس بات کو دیکھکر کہ منہ کسقدر کھلا رہتا ہے - ہم صحت کے ساتھ بتلا سکتے ہین کہ مرض کسقدر بڑھ گیا ہے - زیادہ عمر کے لوگ تقریباً ہمیشہ چلنے کی حالت مین اپنا منہ بند رکھتے ہین وہ زیادہ عمر کے اسوجہ سے ہوئے ہین کیونکہ اونکے پھیپڑے تندرست ہین اور اونکی عام تندرستی اچھی ہے - جب وہ سانس لینے مین مشکلاہٹ کی شکایت کرنے لگتے ہین تو اونکے دن گنے چنے ہی باقی رہ گئے ہین +

ایک لمحہ کے لئے بھی یہ خیال نہ فرماے کہ مُنہ کا کھُلا رکھنا محض ایک عادت ہی یہ بات ہمیشہ کسی مرض کی وجہ سے ہوتی ہی اور جب تک کہ مرض نہ جاتا رہے مُنہ کو بغیر کوشش کے بند نہین رکھا جا سکتا + یہ طریقۂ جانچ ہم کو ہر ایک حالت مین اس قابل کر دیتا ہے کہ یہ بات معلوم کر لیوین کہ کونسی لڑکیان بحیثیت بیوی اور ماؤن کے اس حالت مین پہونچ گئین کہ مادر کے شیرین ترین فرض کو یعنی اپنے بچّون کو دُودھ پلانے کا کام پُورا کر سکین - اور کونسی ایسی ہونگی کہ جنکا بیشتر سے پُورا پُورا معالجہ کرنا پڑے گا - کیونکہ بیمار پھیپڑے رکھنے والی عورتین شاذ و نادر ہی اپنے بچّون کی پورے طور سے پرورش کرنے کے قابل ہوتی ہین - نیز اُس وقت بھی جبکہ اونکی بیماری پھیپڑے کی بیماری کے نام سے عام طور پر تشخیص نہین ہوتی ہے +

نتایج جو کہ واقعات مذکورہ سے لازمی طور سے نکالے جاتے ہین وہ ضروری ہین اور بیمارون کے معالجہ مین وہ اصلی ضرورت کے ہین تمام اندرونی بیماریان (باستثنائے اُن ضربات کے جو کہ براہ راست پہونچتی ہین) ایک ہی مشترکہ سبب سے پیدا ہوتی ہین - اور حقیقت مین مرض صرف ایک ہی ہی جو کہ اپنے آپ کو مختلف شکلون مین ظاہر کرتا ہے + ہماری تحقیقات کا یہی بھاری نتیجہ ہی جسکی کہ سچّائی آگے چلکر بڑے زبردست ثبوتون سے دکھلائی جاویگی + نیچرل سائنس (علم طبعیات) مین کسی دئے ہوے بیانات کی صحت یا غلطی کے قایم کرنے کے لئے ایک خوب جانچی ہوئی بات رکھی گئی ہی یعنی تجربہ کرنیکا عمل و باقاعدہ تحقیقات + اگر امراض کی ایک

ہی مُشترکہ جزُ (اصلیت) ہے تو طریقۂ علاج بھی (یہ بات فرض کرلی گئی ہو کہ علاج دریافت ہوسکتا ہے) قریب قریب سب باتون مین کلُ امراض کا ایک ہی ہوویگا + لہذا اگر ہم اپنے خیالات کی بُنیاد پہ ایک ایسا طریقۂ علاج قایم کرنے مین کامیاب ہوجاوین جو کہ مرض کی جملہ حالتون کے لیے موثر ثابت ہوا اور ہر فرد بشر کی جُداگانہ ضرورتون کے لحاظ سے استعمال کا محتاج ہو تو (سمجھنا چاہیئے کہ) ثبوت مطلوبہ مہیّا ہوگیا + ایسا طریقہ تقریبًا خود بخود نکل آیا ہے اور بغیر زیادہ دقّت اوٹھانے کے ہم یہ سوال پیش کرتے ہین کہ

امراض کس طرح شفا پا سکتے ہین ؟

جسم درحقیقت خود ہی اپنا علاج کریگا اور ہمارا کام محض یہ ہی کہ حالات کو اس طور پر ترتیب دیوین کہ جنمین شفا ہوسکتی ہوا ور شفا ضرور ہو جاوے + مذکورہ بالا تشریحات کے موافق ہمارے کام مین محض امورات ذیل شامل ہونے چاہئین - یعنی

(۱) جسم کو کوی نیا خمیری مادّہ نہین مہیّا کرنا چاہیئے - اور

(۲) پرانے مادّہ فاسد کو دور کردینا چاہیئے -

پس ان سے یہ بات پیدا ہوتی ہے کہ

(۱) ہمکو قدرتی طریق مین زندگی بسر کرنا چاہیے -

(۲) ہمکو اس بات کی خبرگیری چاہیئے کہ خمیری مادّہ بذریعہ اُن آلات کے خارج کردیا جاتا ہے جنکا کام کہ رطوبت بدنی کو علیحدہ کرنے کا ہے - (یعنی آلات اخراج مواد کے ذریعہ سے)

پہلی ضرورت کے بارہ مین ہم مختصرًا کہتے ہین کہ بہت سے رسالے متعلق قدرتی طرز معاشرت

شائع ہو چکے ہین عملی[له] طریق ہین رہنمائی کے واسطے ہم "نباتاتی کھانون کی کتاب" مصنفہ
اڈورڈ بالٹرز قیمتی ایک شلنگ تین پنس (پندرہ آنہ) و دیگر مصنفہ کارلاٹ شولز قیمتی
ایک شلنگ چھ پنس (عہ ر) کی سفارش کرتے ہین (یہ کتابین جرمن زبان ہین موجود ہین اور
لوی کوہنی صاحب مصنف رسالہ ہذا کے پاس بمقام لیپزگ ملک جرمن سے مل سکتی ہین)
اس موقع پر ایک ایسی فہرست کھانون کی جملہ بیماریون کے لئے نہین دیجا سکتی جسمین
کہ تبدیلی کرنی نہ پڑے کسی نہ کسی قسم کی قدرتی غذا کو مریض کے جسم کی موجودہ حالت کے لحاظ
سے پسند کرنا پڑے گا + اگر اشیائے خوردنی و نوشیدنی سے ڈکارین آئین یا اخراج
ریاح ہونے لگے تو یہ اس بات کی علامت ہے کہ جسم اُن اشیا کو نامنظور کرتا ہے اور اُن
اشیا سے اُس وقت تک پرہیز کرنا چاہیئے جب تک کہ حالت مین بہتری معلوم نہ ہو اور
(طبیعت کی) مخالفت (اونسے) دُور نہ ہو + بطور دستورالعمل کے اس بات کو دل مین رکھو کہ
پیٹ کو کبھی زیادہ نہ بھرنا چاہیئے۔ کیونکہ ایسی حالت مین ہضم کامل غیر ممکن ہو جاتا ہے۔ اور
وہ مادّہ جو کہ کافی طور سے طیار نہ ہوا ہو (یعنی ہضم نہ ہوا ہو) جسم کے لئے محض مادّہ غیر ہی
ہے۔ وہ اشخاص جو کہ فرمن طریق مین بیمار ہوتے ہین اکثر معدہ کے پھیل جانے مین مبتلا ہوجاتے

نوٹ[له] اسکے متعلق کتاب نیا علم شفابخشی مصنفہ لوئی کوھنی و مترجمہ سروتری
کرشن سروپ بزبان اُردو مین باب متعلق بہ "ہم کیا کھائین اور ہم کیا پئین"
ملاحظہ طلب ہے اس باب مین قریب ۵۳ صفحہ ہین اور سکے ملاحظہ سے معلوم ہوجائیگا کہ قدرتی طریق
مین کس طور سے انسان کو زندگی بسر کرنی چاہئیے + ۱۲

ہین جو کہ اشیا، نوشیدنی کی کثرت استعمال کے باعث یا معدہ مین جوش (خمیر) اوٹھنے کے باعث ہوجاتا ہے - پس جبکہ وہ کافی کھانا کھا لیتے ہین تو اونکو نہین معلوم ہوتا کہ اونھون نے کافی کھالیا اور اونکے لئے یہ ضرور ہے کہ وہ خود اپنے کو معقول طور سے مجبور کرین یا دوسرون سے اپنے تئین مجبور کرائین کہ اعتدال پر آوین +

خاص خبرگیری اسبات کی ہونی چاہیئے کہ منجمد (نہ کہ رقیق) غذا دستیاب ہو + ہر شئے جسکو کہ نگلنے کے قبل خوب چبانا پڑتا ہے بمقابلہ رقیق اور ملایم غذا کے زیادہ آسانی سے ہضم ہوجاتی ہے + کامل طور سے چبانا ہی غذا مین لعاب دہن شامل کردیتا ہے اور پس اوسکو ہضم کے لئے مناسب طور سے طیار کردیتا ہے + اس سبب سے تمام اشیاء خوردنی جن کو کہ ہم اونکے قدرتی اور اصلی حالت مین کھاسکتے ہین وہ غذائین ہین جو کہ بہت ہی آسانی سے ہضم ہوجاتی ہین اور ہمارے لئے صحت بخش ہین - حالانکہ تمام پکّے ہوئے کھانے اونسے زیادہ مشکل سے ہضم ہوتے ہین - غذا کا کامل طور سے چبانا ہر حالت مین مان لیا گیا ہے +

اب اَور تفصیلات اُس طریقہ کی نسبت دیکھا ئینگی جس طریق مین کہ جمع شدہ خمیری مادّہ خارج کرنا چاہیئے اَور جس طریق مین کہ) اس اخراج کو اُس وقت تک جاری رکھنا چاہیئے جب تک کہ جسم پورے طور سے صاف نہو جائے +

جسم مین رطوبت بدنی کو علیحدہ کرنے کے چار ضروری آلات ہین یعنی پھیپھڑے - جلد - انتڑیان - اور گردے + خمیری مادّہ کو علیحدہ کرنے کا کام اِن سب سے لینا چاہیئے + پھیپھڑے جب ہی اپنا کام بخوبی کرتے ہین جبکہ جسم تیز حرکت کرتا ہو - پس ہر ایک کامل شغل کے لئے

ضروری ہی کہ کھلے میدان مین کافی ووافی محنت کرین۔ جب کبھی کہ ایسا کرسکتے ہون +
مزید برآن مریض اس بات کو دیکھ کر خوش ہو گا کہ جسم سے خمیری مادّہ کا بوجھ کم ہونے کے
دوران مین۔ اوسکا سانس خودبخود بمقابلہ پیشتر کے زیادہ آزادی کے ساتھ اور زیادہ گہرا
چلنے لگتا ہے +

جلد کا یہ ضروری کام ہی کہ تمام مادّہ فاسد کو جو کہ اوسکی سطح کے قریب موجود ہے باہر
لے آوے اور جسوقت تک کہ جلد اپنا کام باقاعدہ کرتی رہتی ہے کسی شدید بیماری کا اندیشہ
نہ کرنا چاہیئے + لیکن اسکا فعل کمزور ہو جاتا ہی جب کبھی کہ مادّہ فاسد کی وجہ سے دوران خون مین
فرق آیا ہوا ہوتا ہے اور ایسی حالت مین وہ چھونے سے سرد معلوم ہوتی ہے + ہماری قوت لامسہ
(چھو کر معلوم کرنیکی قوت) ہمکو تبلادیتی ہی کہ یہ بات خلاف نیچر ہی کیونکہ ہم کو جسم کے سرد اعضا چھونے
مین ہمیشہ ایک قسم کی ناگوار حس معلوم ہوتی ہے۔ پس ہمارا کام یہ ہے کہ اس جلد کو جو کہ اسطرح پر
اپنے کام مین سست ہوگئی ہے از سرِ نو زندہ کرین اور گرمائی پہونچا کر اوسے اپنے کام کرنیکی
ترغیب دلاوین + گرمی اور تری ایسی دو حالتین ہین جنکے زیر اثر جاندار بخوبی فروغ پاتے ہین
گرمی و تری اپنا ایک بہت ہی مفید اثر جلد ڈالتی ہین۔ نیز اونسے اوس کے مسامات کھل جاتے
ہین اور از سرِ نو کام کرنے کے لئے اوس کو (جلد کو) تحریک ہو جاتی ہے + بھاپ مین ہم کو
یہ باتین یکجائی ملتی ہین۔ پس ہماری غرض کے لئے اسٹیم باتھ یعنی بھاپ سے جسم کو غسل دینے
سے بڑھ کر کوئی اور شی نہین ہی۔ جبکہ یہ مناسب طریقہ مین لیا جاوے تو جلد سے وہ ہمیشہ
اوسکا کام کرائے گا + (اس کتاب کے ضمیمہ مین بھاپ کے غسل کا بیان ملاحظہ فرمائیے جہان کہ

سب سے بہتر عملی طریقہ صحیح صحیح بیان کیا گیا ہے) چھوٹے بچون کی حالت مین ایک اور بھی زیادہ قدرتی طریقہ بتلایا جاتا ہے + جب اونکو سردی معلوم ہونے لگتی ہے تو وہ اپنی والدہ کے پاس جانے کی خواہش کرتے ہین + وے بڑی خواہش سے التجا کرتے ہین اور چاہتے ہین کہ اوسکے گرم جسم سے چپٹ کر اپنے کو گرمی پہونچاوین - یہ خواہش طبعی ہی جو کہ محض "تربیت یافتہ" اشخاص کو ہی بیہودہ معلوم ہوسکتی ہی - ہر والدہ جس کے دلمین پاک اور اصلی محبت مادرانہ موجود ہے وہ اپنے پیارے بچّہ کو اپنے ساتھ بستر مین لینے کو فوراً آمادہ ہوجاویگی اور اوسکو اپنی گرمائی پہونچاویگی گو کہ بچّہ کسی شدید بیماری مثل خسرہ - سُرخ بخار - یا ڈفیتھریا مین کیون نہ مبتلا رہا ہو + اور یہ قدرتی علاج واقعی معجزے کرتا ہی - درحقیقت بچّے غالبًا بہت ہی کمتر مرض مین مبتلا ہووینگے اگر (الفاظ کے لفظی معنی ہین) گرمی مادر اور زیادہ اونکے حصّہ مین آوے + اس رسالہ کا مصنف اس بات کو جانتا ہے کہ اس بات کے کہنے سے اوس کو کیسے کیسے تعصّبات کی مخالفت کرنی پڑتی ہے - لیکن یہ خیال اوسکو سچ کہنے سے باز نہین رکھے گا جس سچ بات پر کہ عمل ہونے سے بیشمار برکتین سب گھرانون پر نازل ہونگی + اُن لوگون سے جو کہ قدرتی طریقہ مین رہتے ہین ہمکو یہ بات معلوم ہوتی ہے کہ اس کام مین وہ فرائض مادرانہ کو زیادہ اچھّا سمجھے ہوئے ہین + اور کیا ہم کو جانورون کی جانب بھی اشارہ کرنے کی ضرورت ہی - مثلاً فکرمند[له] مرغی یا اپنے پالو چوپایون کی طرف؟

نوٹ له مرغی کو انڈے سینے کے وقت یہی فکر ہوتی ہے کہ کسی طرح سے انڈے سے بچّہ پیدا ہو اور بعد پیدا ہونے کے اوس کو بچہ کی پرورش کی فکر رہتی ہے اور دن رات اوسکی پرورش کی فکر رکھتی ہے اسی وجہ سے اوس کو فکرمند کہا گیا ۱۲

یہ سب اپنے بچّون کو اپنے جسمون سے گرمی پہونچاتے ہین - اور اکثر ایسی تکلیف اوٹھاکر جو کہ
واقعی قابل تحسین ہی + یہ سچ ہے کہ اس امر کو ہمنے ہمیشہ فرض کیا ہے کہ والدہ مین گرمائی کا ذخیرہ
کافی موجود ہے - اگر خود اُسکو ہی بیرونی امداد کی ضرورت ہو تو درحقیقت وہ اپنے بچہ کو پرورش
نہین کرسکتی ہی + لیکن چونکہ امداد مذکورۂ بالا صرف شفقت مادرانہ سے ہی حاصل کیجاسکتی ہے
لہذا اُن بچون کی امداد جنکے پاس اس (شفقت مادرانہ) کی کمی ہی مثل بالغون کے محض ہلکی
اسٹیم باتھ سے یعنی ہلکی بھاپ سے کیجاسکتی ہے +

بھاپ کے غسل سے انتڑیون اور گُردون دونون پر اثر پڑتا ہی لیکن اونکو علاوہ بھاپ کے غسل
کے ایک خاص تحریک کی ضرورت ہوتی ہی + اس موقعہ پر ہم کو تنگ و محدود راستون سے کام
پڑتا ہے جو کہ خمیری مادّہ کی کثرت اخراج کے باعث اور نیز اسوجہ سے کہ خمیر (جوش) خاص اونہین ہی
پیدا ہوتا ہی کیونکہ بمقابلہ اور جگہون کے اونمین وہ مادّہ جس کا کہ ہم ذکر کررہے ہین زیادہ موجود ہے ہمیشہ
کم و بیش سوزش لئے ہوے ہوتے ہین + بدین وجہ اونکو بہت احتیاط کے ساتھ ٹھنڈک پہونچانی چاہیے
اور یہ کام نہایت سادگی اور خوبی کے ساتھ کولہ کو غسل دینے کے ٹب[1] مین یا جسم کو غسل دینے کے
ٹب[2] مین جسمین کہ کچھ پانی ڈالدیا گیا ہو - لیا جاسکتا ہے + رطوبت بدنی کو جدا کرنے کے لئے تحریک

نوٹ [1] اس غرض کے لئے معمولی قسم کا ٹب جو کہ بشکل بیضاوی ہوتا ہی اور دہلی مین اکثر بقیمت للعہ سے
صہ تک ملتا ہی بخوبی معلوم کرے گا +

نوٹ [2] یہ ٹب بھی ٹب اول الذکر کی قسم کا ہوتا ہی گراوس کے مقابلہ مین زیادہ بڑا ہوتا ہی اس سے بھی وہ کام
نکل سکتا ہی جو کہ دیگر ٹب سے + اگر کہین یہ ٹب نہ دستیاب ہون تو کسی اور بڑے برتن سے بھی (جو کہ اس
طریق سے بیٹھنے کے لئے کافی ہو سکتا ہے جیسا کہ ضمیمہ مین تصویرمین دکھلایا گیا ہی) یہ کام لیا جاسکتا ہے +

دینے کی غرض سے جسم کو دوران غسل مین ایک کپڑے سے رگڑو - حتی الامکان نکاس کے راستون کے پاس رگڑو - لیکن پانی کے اندر ہی اندر تاکہ سوزش بڑھنے نہ پاوے + اس عمل کے دوران مین اکثر گڑ بڑ مان ہوجاتی ہین جنکے ذریعہ سے رطوبت ہمیشہ کے مقابلہ مین زیادہ تیزی سے نکلتی ہے + جب جب کہ مقامات مذکورہ مین گرمی محسوس ہو تب تب اس قسم کے غسل لینے چاہئین - ممکن ہے کہ روزانہ تین یا چار غسل لینے کی ضرورت ہوجائے - اور بعض بعض حالتون مین ایک ایک گھنٹہ تک لیتے رہین + (ھپ باتھ اور فرکشن سٹز باتھ کے مفصل حالات کے لئے ضمیمہ[۱] ملاحظہ فرماے) + دریا کا ہلکا پانی اُن غسلون کے لئے سب سے عمدہ ہوتا ہے کیونکہ یہ منجمد مادہ کو جلد اوس کے اجزا مین علیحدہ علیحدہ کردیتا ہے + کھاری پانی کو یا بھاری پانی کو استعمال سے قبل کچھ وقت کے لئے بھر کر رکھ چھوڑنا چاہیئے +

ان غسلون مین ابتدا کے غسلون کا ہی اثر تعجب خیز ہوتا ہے - دست باقاعدہ آنے لگتا ہے بعض اوقات اُس عمدہ اور صحت کے طریقے مین آنے لگتا ہے جیسا کہ صفحہ ۵ پر تبلایا گیا ہے + وجہ یہ ہے کہ ان غسلون کے ذریعہ سے خمیری مادہ ایک وقت کے لئے انتڑیون سے علیحدہ ہوجاتا ہے لیکن جب تک کہ جسم کی پورے طور سے صفائی نہ ہوجاوے نیا نیا مادہ اومین برابر جمع ہوجاتا ہے - اور علاج اوسوقت تک جاری رکھنا چاہیئے جب تک کہ تندرستی مین دوامی طور سے بہتری نظر نہ آوے - اس بات کا انحصار کہ علاج کب تک جاری رکھنا چاہیئے اس امر پر ہے کہ جسم مین کس حد تک مرض نے دخل کرلیا ہے - نیز اس امر پر کہ غسلون کا جسم پر کیا اثر ہوتا ہے اور

نوٹ [۱] کتاب ہذا کے آخر کے چند صفحے ملاحظہ فرمایئے +

بعد غسلون کے خود اوسکا (جسم کا) فعل پھر کیسا ہوتا ہے + ممکن ہے کہ چند ہفتہ تک اوس کے جاری رکھنے کی ضرورت ہو - گو مہینون یا برسون بھی ضروری ہو سکتے ہین + اُن حالتون مین سب سے زیادہ عرصہ لگتا ہی جنمین کہ مرض پیدایش سے ہی موجود ہے بچہ کے جسم مین خمیر کے مادّہ کا بوجھ پہلے سے ہی موجود ہی + جوان آدمیون کی حالت مین جو کہ صرف تھوڑے ہی عرصہ سے بیمار رہے ہون یہ بہت ہی جلد اثر کرتا ہے + دوران علاج مین منجملہ مذکورہ بالا بخار والی سخت (حاد) بیماریون کے ایک نہ ایک اکثر نمودار ہو جاتی ہی جس کے ذریعہ سے کہ شفا حاصل کرنے کا عمل زیادہ تیز ہو جاتا ہے + ان بخار لی ہوئی بیماریونکا علاج ٹھیک ٹھیک ایک سے ہی طریقہ مین ہوتا ہے - جلد کے فعل کو خاصکر ایسی تحریک کرنی چاہیئے کہ فوراً اپنا کام کرنے لگے + پسینہ نکلنے پر بخار کم ہو جاتا ہی + جیسا کہ کہہ چکے ہین تندرستی حاصل کرنے کی ایک قسم کی کوشش کا نام بخار ہے جسمین کہ مقصد یہ ہوتا ہی کہ بیماری کا مادّہ علیحدہ کیا جاے - جب کہ یہ بات وقوع مین آجاتی ہے تو (مادّہ فاسد کا) جوش اور اوس کے ساتھ اندرونی حرارت دُور ہو جاتی ہی + لہذا یہ بات بوجہ ناواقفیت یا طرفداری کے ہوتی ہی جب کہ لوگ بغیر آزمایش کے یہ بات دعوی کے ساتھ کہدیتے ہین کہ بھاپ کے غسلون سے حرارت مین زیادتی ہونی چاہئے + ایک مرتبہ آزمایش کر لیجیے تو اسکے برعکس بات سچ معلوم ہوگی لیکن اس بات پر پھر زور دیا جاتا ہے کہ چھوٹے بچون کی حالت مین پسینہ بذریعہ ذرالہ کی گرمائی سے ہی بہت جلد عمدہ طور سے لایا جا سکتا ہی اور یہ کہ پس والدہ کو ہی (صحیح معنی مین) اپنے بچہ کی جان بچانیوالا فرشتہ سمجھنا چاہیئے + لہذا جملہ حاد امراض مین اول کام یہ ہونا چاہیئے کہ خوب پسینہ لاوین - اور اس امر پر بھی برابر ہی نگاہ رکھین کہ دیگر آلات اخراج رطوبت بدنی بھی

اپنا اپنا کام متواتر کئے چلے جاتے ہین - بخار والی بیماریون مین اسی وجہ سے چاہیئے کہ ھٹ باتھ اور فریکشن سٹز باتھ نامی غسلون کا استعمال بہت ہی آزادی کے ساتھ کرین +

بخار والی بیماریون مین سب سے زیادہ خوفناک بیماری غالبًا ڈفتھیریا ہے جو کہ بچّون کے لئے ملک الموت ہی + یہ اُن پر جب ہی حملہ کرتا ہی جبکہ اونکے جسم مادّہ فاسد (مادّہ غیر) سے بہت زیادہ بھرے ہوئے ہوتے ہین اور یہ مادّہ سر مین رُک کر(لہ) ایسی کی حالت مین زیادہ زیادہ مقدار مین نرخرہ اور پھیپڑون مین جمع ہو جاتا ہی + یہ بات صرف جب ہی وقوع مین آتی ہی جب کہ جلد اپنا فعل قریب قریب بالکل ترک کردئے ہوتی ہی + پس ہوشیار والدین بہت پہلے سے ہی اس امر کو معلوم کرسکتے ہین کہ اونکے بچّون کو کوئی بخار والی بیماری ہو جانے کا اندیشہ ہی + مرض ڈفتھیریا کے مریض کے جسم کو ایک ایسی بوتل سے مشابہت دیجا سکتی ہی جسمین کہ خمیر اوٹھنے والی کوئی رقیق شی بھری ہوئی موجود ہی + جب اوس مین (یعنی شی مین جو بوتل کے اندر ہے) خمیر اوٹھنا شروع ہوتا ہے تو مادّہ بوتل کی گردن کی جانب کو چلتا ہی کیونکہ بوتل کی دیوارین اوس کو طرفین سے اوس کے باہر نکل جانے کی اجازت نہین دیتین + جبکہ خمیر (مادّہ فاسد مین) تمام جسم کے اندر پھیل جاتا ہے تو ڈفتھیریا کے ہمراہ سرخ بخار بھی آجاتا ہی + ایسے مریضون کی حالت مین صورت آرام کا عمدہ موقع ہوتا ہے کیونکہ جلد (مادّہ فاسد کو) علیحدہ کرنے مین اس حالت مین مدد دیتی ہی + جس طریق

نوٹ لہ مادّہ فاسد کو سر مین پہونچنے کے بعد رُکاوٹ ملتی ہی کیونکہ اور اوپر کو اوس کے جانیکے لئے کوئی جگہ نہین ہی پس وہ پھر نیچے کو واپس ہونے لگتا ہے اور گردن مین ہو کر سانس لینے کی نالی اور پھیپڑون مین کو ضرور گذرتا ہی اور اس حالت مین اونمین جمع ہونے لگتا ہے ۱۲

مین کہ اوپر بتلا چکے ہین اُس طور پر پسینہ لانا چاہیئے - بچّہ کی ماں کو اپنے بچہ کے پاس بستر مین گھٹنون تک لیٹنا چاہیئے تاکہ بچہ کو پسینہ آوے یا بھاپ کے غسل (اسٹیم باتھ) - **فریکشن سٹز باتھ** یا **ھپ باتھ** اوسکو متواتر باری باری سے دئے جاوین جب تک کہ مطلب مقصود حاصل نہو + مرض ڈفتھیریا کی حالت مین اکثر دم گھٹکر مرجانے کے خطرہ کو بھی جو کہ اکثر دفعتًا واقع ہوتا ہے - روکنا پڑتا ہے + مگر یہ خطرہ (حلق کے اندر کی) جمی ہوئی سفید تہ[1] سے اسقدر نہین ہوتا جسقدر کہ سوزش و ورم حلق کے باعث ہوتا ہے + جبکہ یہ سوزش حلق کم کیجا سکتی ہے تو مریض یقینًا بچا لیا جاویگا + سفید تہ کے دُور کرنے کے لئے مریض کو چاہیئے کہ اپنے مُنہ مین سرد پانی لیوے اور جب تک کہ وہ گرم نہ ہو جاوے پانی کو مُنہ سے نہ نکالے - یہ عمل اُس وقت تک جاری رکھنا چاہیئے جب تک کہ وہ سفید تہ علیحدہ ہوکر پانی کے ساتھ باہر نہ نکل جاوے جس کے نکل جانے سے مریض کو علانیہ آرام معلوم ہوگا + مریض کو اس طریق مین لیٹنا چاہیئے کہ پانی مُنہ کے اندر آسانی سے پیچھے تک پہونچے اور اوس کو بخوبی بھگوئے رہے +

چھوٹے بچّون کے لئے یہ ترکیب موزون نہین ہے - ایسی حالت مین ہم کو محض **فریکشن سٹز باتھ**[2] کے غسلون پر ہی اکتفا کرنی چاہیئے جو کہ درحقیقت ایسے پُرتاثیر طریقہ مین عمل کرتے ہین کہ سب سفید

نوٹ [1] اس مرض مین منہ کے اندر جو اکثر ایک قسم کے سفید مادّہ کی تہ جم جایا کرتی ہے اُس سے مراد ہے
نوٹ [2] یہ ایک عجیب و غریب قسم کا ایک بہت چھوٹے مگر پُراثر حصہ جسم کا غسل ہے جسکا مفصل ذکر کتاب "نیا علم شفابخشی" بزبان اُردو کے باب متعلق بر طریق ہاے علاج مین دیا ہے - یہ کتاب انگریزی کی کتاب "دی نیو سائنس آف ہیلنگ" مصنفہ لوئی کوھنی صاحب کا ترجمہ اردو ہے یہ ترجمہ بھی مترجم رسالہ ہذا نے کیا ہے اور کتاب ایسی دلچسپ اور مفید ہے کہ اوس کو پڑھکر ہر شخص اس نئے طریق علاج کی ماہیت سے جملہ امراض کی حالت مین واقف ہوکر ان غسلون کے طریقے سے علاج کر سکتا ہے -

رنگ کی تہ اکثر ایک ہی غسل کے بعد دُور ہو جاتی ہے۔ انکا اثر زیادہ جلد اور زیادہ یقین کے ساتھ ہوتا ہے اگر بارش کا پانی غسل مین استعمال کیا جاوے۔ پس بارش کا پانی حاصل کرنے مین کوئی تکلیف اوٹھا نہین رکھنی چاہیئے + لیکن انسان کیون چند قدم چلکر دریا کا پانی[1] نہ حاصل کرلیوے جسمین کہ کچھ صرف بھی نہین ہوتا ہے + بعض اوقات عطّار کی دوکان تک جانے مین گھنٹون لگ جاتے ہین + کنوان یا نل کا پانی اگر بھاری (یا کھاری) ہو تو کچھ دیر ہوا مین اور اگر ہوسکے تو دھوپ[2] مین رکھدینا چاہیئے +

علاج مذکورہ بالا اسقدر مریضون کی حالت مین آزمایا جاچکا ہے کہ اوسکے با اعتبار ہونے مین کوئی شک نہین ہے + معاملہ کو اور زیادہ صاف کرنے کے لئے ہم چند تمثیلین اس موقع پر پیش کرتے ہین +

(۱) ایک نو۹ سال کا لڑکا مرض سُرخ بخار اور ڈفتھیریا مین مبتلا ہوا + بید سے بنی ہوئی کرسی پر اوسکو اسٹیم باتھ (بھاپ کا غسل) دینے سے اوسکے جسم کو خوب پسینہ دیا گیا اور اوسکے بعد ٹھنڈے پانی کا ھپ باتھ تھوڑے ہی پانی مین دیکر اوسکے جسم کو ٹھنڈا کیا گیا + سر سے گرمی دور ہونے کے بعد۔ اور بعد اسکے کہ اوسکی سانس کی تکلیف (جسمین کہ وہ ابتدا سے مبتلا ہو رہا تھا) بذریعہ سرد پانی و زور کی مالش سے رفع ہوگئی۔ اوسکو بستر مین لٹا کر ڈھک دیا گیا۔ اوسکو قدرتی پسینہ پھر آنے لگا + ایسا ہونے سے پھر اسٹیم باتھ کا دینا غیر ضروری ہوگیا۔ گو کہ ھپ باتھ بار بار

[1] یہ اُس جگہ آسان ہے جہان کہ دریا قریب ہے۔ جہان دریا نہین ہے وہان کنوئین کے پانی سے ہی کام لینا پڑیگا یا دریا کا پانی صاف نہو تو کنوئین کا پانی بہتر ہوگا +

نوٹ [2] یعنی اُسکو کچھ دیر رکھنے کے بعد اُس سے غسل مجوزہ لینا چاہیئے مگر پانی پھر سرد کر لیا جائے گرم سے یہ غسل ہرگز

دینے پڑے - جیون ہی کہ بچہ کو بستر مین لٹا دیا گیا اوسکے مُنہ کے لیئے اوس کو عمدہ ہلکا پانی دیا گیا جس سے حلق کے اندر کی سخت تہ (جو کہ خمیر کے باعث پیدا ہوگئی تھین) جلد دُور ہوگئین اول تہ ایک گھنٹہ کے اندر نکلکر رفع ہوگئی + حلق کے اندر کی سوزش جلد رفع ہو جانے پر شفا بہت جلد عمل مین آئی + پانچ دن مین لڑکا پُورے طور سے اچھا ہوگیا اور اوسکے بعد کوئی خرابی واقع نہ ہوئی جس سے کہ خراب نتائج ظہور مین آتے +

(۲) بیس سال کی عمر کا ایک نوجوان شخص اپنی عمر کے تیرہوین سال سے دماغی عارضہ مین مُبتلا رہا تھا اوسکا علاج مشہور ماہران (عوارض دماغ) نے کیا تھا اور آخرش اوس کو لاعلاج قرار دیدیا تھا + اوسکا مرض بلاشبہ موروثی تھا - اور خمیری مادّہ سے اوسکا جسم اسقدر بھرا ہوا تھا کہ جسنے عجیب طریقہ مین اوس کے اعضاے بدن کی مناسبت کو تبدیل کر دیا تھا - اُسکا سر آگے کو نکلا ہوا تھا اور کمر خمیدہ تھی اور اوس کے ہاتھ اور پاؤن قریب قریب ہمیشہ چھُونے سے سرد معلوم ہوتے تھے + اوسکی جلد نے اپنا فعل قریب قریب ترک کر دیا تھا اور آلات الہضم بہت بے قاعدہ طور سے اپنا کام کرتے تھے + مریض ایک قسم کی مزمن حالت بخار مین رہتا تھا گو کہ کبھی شدید بخار اُس کو نہ آیا + علاج شروع کیا گیا اور بہت زور شور کے ساتھ جاری رکھا گیا + غذا اوسکی سادہ اور غیر محرک تھی - ناشتہ کے لئے دُودھ اور گراہم بریڈ[لہ] یعنی ایک قسم کی روٹی - دوپہر کے

نوٹ لہ ایک قسم کی روٹی ہی جو کہ گیہون کے ایسے موٹے آٹے سے بنائی جاتی ہی جسکا کہ چوکر نہ نکال دیا گیا ہو - یہ روٹی خوب عمدہ طور سے سینکی ہوئی ہوتی ہی اور زود ہضم ہوتی ہی + گیہون کی بغیر چھنے ہوے آٹے کی ہندوستانی طریقے سے پکی ہوئی اور عمدہ طور سے سینکی ہوئی روٹی اوس کا بدل ہوسکتی ہے ۱۲

وقت ترکاریان اور اُبلے ہوئے پھل اور شام کے یا شب کے کھانے کے وقت زیادہ تر گرہیم بریڈ یعنی ایک قسم کی روٹی اور پھل + جلد کو کام کرنے کی تحریک کی غرض سے تین یا چار اسٹیم باتھ (بھاپ کے غسل) ابتداءً ہر ہفتہ[له] مین اُس آلہ کے اوپر دئے گئے جسکا ذکر کہ آیندہ کیا جاوے گا (ملاحظہ ہو ضمیمہ) + اس دوران مین مریض کو تین ہپ باتھ روزانہ دیے گئے اولاً بیس بیس منٹ کے ۔ اور بعد ازان تیس منٹ تک بھی + ہر غسل کے بعد میدان مین اچھی طور سے ٹہلنا پڑا + اس علاج مین ہاضمہ چند روز مین بہتر ہوا اور خفیف قدر تین ہفتہ بعد چار ہفتہ کے ظاہر ہوا + اوس کی چال ڈھال رفتہ رفتہ درست ہوتی گئی اور دمبدم اوسکی غیر واجب شرم دور ہوتی گئی اور اطمینانِ دل اور قوتِ ادراک پھر واپس آگئین + بعد نو ہفتہ علاج کے اوسکی حالت ایسی ہوگئی کہ وہ کسی کام کے سیکھنے مین اپنے تئین مشغول کرسکتا تھا ۔ اس زمانہ مین اوسکا وزن پانچ سیر بڑھ گیا + اس واقعہ کی بڑی قدر اس بات مین ہی کہ اس سے یہ بات ظاہر ہوتی ہی کہ جسمانی امراض کے باعث دماغی خرابیان بھی کس طور سے پیدا ہوجاتی ہین اور جب کہ جسمانی تندرستی سدھر جاتی ہی تو وے خود بخود رفع بھی ہوجاتی ہین +

(۳) بارہ[۱۲] سال کی عمر کے ایک لڑکے کے داہنے بازو پر دفعتًا مرض نے حملہ کیا ۔ اور بالکل مفلوج ہوگیا + ایک طبیب نے بازو کا مقامی علاج معمولی طریقے مین کیا یعنی صرف بازو کو ہی بیمار خیال کرکے محض اوسی کا معالجہ کیا اس سے کیفیت بالعوض بہتر ہونے کے زیادہ خراب ہوگئی +

نوٹ له مطلب یہ معلوم ہوتا ہی کہ ہفتہ وار ایک اسٹیم باتھ تین چار ہفتہ تک دیا گیا +

آخر کار اُس لڑکے کا امتحان اور علاج اُس طریقے مین کیا گیا جو کہ ہمنے بتلایا ہے + اس واقعہ کی حالت مین بھی کُل جسم ضرور بیمار تھا۔ لیکن خمیری مادّہ خاصکر داہنی جانب جمع ہوا تھا اور داہنا بازو (اوس سے) اسقدر پُر ہو گیا تھا کہ دوران خون نے قریب قریب بند ہو کر پُورا فالج پیدا کر دیا تھا + اس بچہ کو ہمیشہ سخت قبض کی شکایت رہتی تھی جسکی وجہ سے کہ جوش کرنیوالے مادّہ نے ظاہرا ایک قلیل عرصہ مین ہی اپنا عمل جما لیا تھا + علاج قریب قریب بالکل ٹھیک اوسی طریقہ مین ہوا جیسا کہ وقوعہ نمبر ۲ کی حالت مین کیا گیا تھا۔ گو بھاپ کے غسلون کی کمتر ضرورت پڑی کیونکہ جسم زیادہ پسینہ نکلنے لگا + یہ بات خاص طور سے ذکر کرنے کے قابل ہے کہ بازوے مفلوج کا کوئی مقامی علاج نہین کیا گیا تاہم وہ روز بروز بہتر ہو گیا اور تین ہفتہ مین اوسمین کام کرنے کی پُوری قوت پھر حاصل ہو گئی + اس لڑکے کی والدہ جسکی آنکھون کے سامنے اوس کو غسل روزانہ دئے گئے تھے اس "معجزہ" کو خیال مین نہ لا سکی +

(۴) ایک نوجوان پادری سخت گھبراہٹ کے مرض مین مبتلا ہوا جس کو کہ اوس نے زیادتی مطالعہ سے منسوب کیا + آخر الذکر (یعنی زیادتی مطالعہ) نے اوسکی خرابی کو بڑھایا خوب تھا لیکن سبب اوسکا اسکے[1] زمانہ سے پہلے کا تھا + مریض بہت کمزور ہو گیا تھا اور اپنی حالت مین بہتری کی اوس نے بالکل امید ترک کر دی تھی + اوسکی حالت اس وجہ سے اسقدر خراب ہو گئی تھی کیونکہ جلد نے اپنا کام بند کر دیا تھا۔ وہ مثل اوس مریض کے جسکا ذکر کہ واقعہ نمبر ۳ مین کیا گیا ہے۔ دائمی بخار اندرونی کا شکار بن گیا تھا + اوس کا ہاضمہ بالکل خراب ہو گیا تھا

نوٹ [1] یعنی زیادتی مطالعہ سے مراد ہے +

معدہ ہر مرتبہ کھانا کھانے کے بعد کچھ حصّہ غذا کا نامنظور کر دیتا تھا + غذا قریب قریب وہی تجویز کی گئی تھی جو کہ نمبر ۲ کی حالت مین - بلکہ بعض باتون مین اور بھی سادہ - بقیّہ علاج ایک ہی طور کا تھا + اول ہی دن سے ہاضمہ نے ترقی کری پس قے پھر نہین آئی - تیسرے دن قدرتی پسینہ برخلاف امید ظاہر ہوا - حالانکہ اوس کو بخوبی نکالنے کے لئے بھاپ کے غسل بھی درکار ہوئے + آٹھ ہفتہ مین مریض اسقدر صحت پا گیا کہ جسم و طبیعت مین قوی ہنکر وہ اپنے کام کو پھر کرنے لگا +

(۵) ایک بچّہ عمر دو ماہ کے سر مین گنج تر (ایسا گنج جسمین رطوبت نکلتی ہو) تھا جو کہ اوس بچّہ کی پیدایش کے چھ دن بعد ہی نمودار ہوا تھا + مرہمون کے ذریعہ علاج کرنے سے مرض اور بھی زیادہ خراب ہو گیا تھا + بچّہ کے پاؤن چھونے سے سرد معلوم ہونے کی وجہ سے بچہ کو انگیٹھی کے قریب رکھتے تھے اور اوس کے بستر مین گرم تولین رکھا کرتے تھے مگر ان باتون سے بچّہ بہت ہی بےچین ہو جاتا تھا + اور اس خشک گرمی کا دوسرا اثر بھی اور کیا ہو سکتا تھا؟ اوس بچّہ کی حالت مین (اُس خشک گرمی کو) والدہ کے جسم کی گرمی سے تبدیل کر دینے سے عجیب وغریب نتائج پیدا ہوئے + شب مین اُس بچہ کو ماں کے پاس لٹا یا گیا تاکہ ماں کے جسم کی گرمی سے بچّہ کو گرمائی دیجاوے + اول ہی شب مین خفیف پسینہ نمودار ہوا اور بعد کو ہر دیگر شب مین اوس پسینہ کی مقدار زیادہ ہوتی گئی - دن کے وقت اوس کو دس بارہ منٹ کے ھپ باتھ نامی غسل ایک برتن مین دئے گئے + اس طریقہ مین بچہ کو تین ہفتہ مین بالکل آرام ہو گیا جس کے بعد کہ وہ جلد جلد بڑھنے اور تر و تازہ ہونے لگا -

یہ چند تمثیلین یہ بات دکھلانے کے لئے کافی ہین کہ جملہ قسم کے مرض بطریق مذکورہ کسطور سے

صحت پا سکتے ہین + کوئی مرض ایسا نہین ہی - خواہ اُسکا نام کچھ ہی کیون نہو - جو کہ اچھا نہ ہو سکے
گو کہ (بعض) **مریض** ایسے ہوتے ہین جنکی قوتِ جسمانی اس درجہ گھٹ جاتی ہی کہ عمل شفا کو پورا
کرنے کے قابل نہین رہتی ہی - **ضربات و جلنے کے زخم** وغیرہ کے متعلق ایک بات
مجھے اور کہنے کی اجازت دیجئے + یہی خرابیان صرف ایسی ہین جو کہ مقامی علاج چاہتی ہین کیونکہ
اونکی اصل بھی مقامی ہی ہی - جب کہ جسم خمیری مادّہ سے بری ہے تو یہ خرابیان بمقابلہ اُس حالت
جبکہ جسم بیمار ہی زیادہ جلدی کے ساتھ صحت پاتی ہین کیونکہ حالت آخر الذکر مین (یعنی جب کہ جسم خود بیمار)
تو ہمیشہ کُل جسم کے علاج کی ضرورت ہوتی ہی + **زخمون کے علاج** کے متعلق تفصیل کے لئے
کتاب "**نیو سائنس آف ہیلنگ**" بزبان انگریزی مصنفہ **لوئی کوھنی** ملاحظہ فرمائے
(جس کا اُردو نام نیا علم شفا بخشی ہی اور اردو زبان مین مترجم رسالہ ہذا کے پاس سے ملسکتی ہے)
اس کتاب مین میرے طریقہ علاج کا نیز اُس ترقی کا جو کہ مین نے گذشتہ دس سال مین امراض کو بغیر
ادویات اور بغیر اعمال جرّاحی آرام کرنے مین حاصل کی ہی - مفصل بیان ہی + یہ کتاب جو کہ مصنف نے
بنائی ہی مختلف زبانون مین شائع ہو چکی ہی اور دو سال[1] کے اندر اوسکی ساٹھ ہزار جلدین فروخت ہو چکی ہین

سائنس[2] آف فیشیل اکسپریشن

سائنس آف فیشیل اکسپریشن کا ایسا قریبی تعلق میرے نئے طریق علاج کے اصولون سے ہی کہ

نوٹ [1] یہ ذکر غالباً ۱۸۹۳ء کا ہی - ۱۹۰۵ء تک یہ کتاب زبان جرمن مین زائد از ۹۰ بار شائع
ہو چکی ہی اور زبان انگریزی مین ۱۸ بار اور دنیا کی مختلف ۲۵ زبانون مین اسکا ترجمہ ہو چکا ہی - اس کے
اُردو ترجمہ کا نام "نیا علم شفا بخشی" ہے اور تین روپیہ قیمت ہی - آخر مین نوٹس ملاحظہ فرمائے + یہی
نیا علم شفا بخشی ہندی مین ترجمہ ہو کر عنقریب چھپنے کو ہی + نوٹ [2] اسکے متعلق ملاحظہ کیجے صفحہ ۲ کا نوٹ ۲

اُن سے وہ بالکل الگ نہین ہوسکتا۔ جیسے کہ کسی سوار کا بغیر گھوڑے کے خیال نہین کیا جاسکتا یا سمندر کا بغیر اوس کے کنارے کے اوسی طریقہ سے میرا یہ سائنس آف فیشل اکسپریشن بھی نئے علم شفا بخشی کے اُصولون سے جدا۔ بغیر موجودگی مادہ ناقص (مادہ غیر یا خمیری مادہ) کے اور جسم کے اندر اوسکی حالت مین تبدیلیون اور خمیر اوٹھنے کی کارروائیون سے علیحدہ جیسے کہ جسم کی مناسبت اعضا مین تبدیلیان پیدا ہوجاتی ہین۔ خیال مین نہین آسکتا + صرف وہی شخص اس سائنس آف فیشل اکسپریشن کو سمجھ سکیگا جو کہ "نئے علم شفا بخشی" مین مشرح تبلائے ہوئے نئے طریق علاج کے اصلی قاعدے اور مسلے سمجھ چکا ہے۔

بہت سے لوگون کو الفاظ "سائنس آف فیشیل اکسپریشن" عجیب اور ناقابل فہم معلوم ہوتے ہونگے اسکی وجہ محض یہی ہی کہ اسکے مضمون سے ابھی بہت کم واقفیت لوگون کو ہے + اس نئے طریقے مین مریضون کا امتحان کرنے اور انسان کے جسم کا علم حاصل کرنے کے لیئے مجھے کوئی اور زیادہ موزون الفاظ نہین مل سکتے ہین + اور چونکہ اس نئے طریقہ تشخیص کا کوئی نام رکھنا ضروری تھا مین نے آخرش اس کو سائنس آف فیشل اکسپریشن کے نام سے نامزد کیا + بسا اوقات کسی ایسی چیز کا جس کے کہ اتنے زیادہ پہلو ہون جتنے کہ "سائنس آف فیشل اکسپریشن" کے پہلو ہین ایک لفظ سے اس طریق مین نامزد کرنا غیر ممکن ہوجاتا ہی جس سے کہ (اوس علم کے) ناواقف لوگ بھی اوس کا صحیح مطلب خیال مین لاسکین + اپنی زندگی مین ہم سب لوگون کو کم و بیش اکثر ایسے الفاظ یا اصطلاحین

نوٹ از مترجم۔ "سائنس آف فیشل اکسپریشن" نامی ایک کتاب بھی ہی جسکا ترجمہ اُردو بھی زیر طبع ہے اور جو مسترجم رسالہ ہذا کو تحریر کرنے سے مل سکے گی + ۱۲

ملتی ہین جنسے زیادہ قریبی واقفیت حاصل ہونے پراونکے معنی بلحاظ اُن معنی کے جوکہ ہماری سمجھ مین اول ہی اول اُن الفاظ کے دیکھنے پر آئے تھے بالکل مختلف معلوم ہوتے ہین۔

"سائنس آف فیشیل اکسپرشن" اوراس "نئے طریقۂ علاج" کے فوائد کی قدرشناسی کے لئے ہم کو ایک لمحہ کے واسطے مقبولہ طریقہ ہاے علاج واونکے طریقۂ تشخیص کی جانب توجہ کرنے دیجئے +

الوپیتھی۔ مختلف قسم کی کثیر التعداد بیماریان اور ہزارہا قسم کی ادویات کو بھی الوپیتھی جانتی ہی۔ اِن بیشمار مختلف امراض کی تشخیص کرنے مین **الوپیتھی** بہت ہی پیچیدہ اور قیمتی اوزارات کا استعمال کرتی ہی جنکے کہ ہوشیاری سے استعمال کرنے کے لئے برسون کی مشق درکار ہی + آئینون سے بنے ہوئے خاص آلات کی امداد سے اسکو شکم کے اندر روشنی پہنچانے مین کامیابی حاصل ہوئی ہی۔ باوجود ان سب باتون کے اسکا طریقۂ تشخیص اب بھی ناقص ہی حتےٰ جب کہ اپنے مقبولہ طریقون سے اسکو کسی مرض کے صحیح طور پر تشخیص کرلینے مین کامیابی بھی حاصل ہو جاتی ہی تو درحقیقت کوئی بات حاصل نہین ہوتی کیونکہ بیماری کی ماہیت سے اوسکو اس حالت مین بھی ناواقفیت رہتی ہی۔ چونکہ تمام ادویات اور اعمال جراحی کسی اندرونی بیماری کو آرام کرنے کے لئے بے قوت ہین + مرض کی ظاہری علامات مین اونکی امداد سے محض ایک قسم کی تبدیلی ہی ہوسکتی ہی +

نوٹ ۱؎ الوپیتھک سے مراد اُس طریقۂ علاج سے ہے جوکہ شفاخانون مین ہوتا ہی اور معمولاً ڈاکٹر لوگ کرتے ہین +

پس زمانۂ حال مین بھی یہ بات وقوع مین آسکتی ہی کہ اگر کوئی شخص مثلاً کسی اندرونی بیماری مین مبتلا ہوا اور دس مختلف اطبّا سے مشورہ لیوے تو یہ بالکل ممکن ہی کہ اونمین سے ہر ایک طبیب کی تشخیص دوسرے سے مختلف ہو اور اگر دو کی تشخیص ٹھیک ٹھیک ایک ہی ہو تاہم نسخے تو وہ ضرور مختلف لکھین گے + پھر بھی ان ڈاکٹرون مین ہر ایک ضرور اسی بات کا دعوی کریگا کہ اوسکی ہی تشخیص اور اوسکا ہی نسخہ صحیح ہے اور لقبیہ دیگر غلط ہین +

علاوہ اسکے وہ سائنٹیفک (علمی) طریقۂ تشخیص جو آجکل کام مین آتا ہے زمانۂ حال کی پیدایش ہے + وہ زمانہ ہمسے بہت دور نہین گیا ہے کہ جب اطبا کو کسی عضو کو ٹھوک کر اور کان سے اوس کے فعل کی آواز کو سنکر اوس کے امتحان کرنے کا طریقہ معلوم نہ تھا + مجھے مشہور اطبّا کا وہ طریق عمل جو کہ میری بیمار والدہ کی چارپائی کے قریب ہوا کرتا تھا ابتک یاد ہی + اپنے ہاتھون مین اپنی چھڑی پر اپنی ٹھوری کو سہارا دینے کے لعد وے لوگ صرف چند سوالات متعلق ہاضمہ کیا کرتے تھے نیز اسکے متعلق سوالات کہ درد کہان معلوم ہوتا ہے + اسکے بعد مریض کی زبان دیکھی جایا کرتی تھی اور یہ تمام باتین ایک بڑے سنجیدہ اور رازداری کے طریقہ مین کیجا یا کرتی تھین کہ جو لطور خود اس بات کے لئے کافی ہوتی تھین کہ ناواقف شخص کے دل مین ایک قسم کا خیال عزت (اونکی جانب) پیدا کر دوین + پھر ایک نسخہ لکھدیا اور معاملہ طے ہوا + ان کل باتون سے مریض کو کچھ فائدہ نہ پہنچا - کیونکہ اگر مریض اچھا ہو گیا تو وہ بغیر طبیب کے بھی اچھا ہو جاتا +

صرف پچاس برس کے قریب ہوئے کہ ہم اس ترقی کا ذکر سننے لگے جو کہ پیرس[1] کے

نوٹ [1] نام شہر کا ہے - ملک فرانس کا پایہ تخت ہے ۱۲

اطبّا نے بذریعہ پرکشن[1] اور آس کلٹیشن[2] مرض کی تشخیص کرنے مین حاصل کردی ہی + یہ ایک ایسی عجیب دریافت ہی جو کہ سُننے مین بھی نہ آئی تھی اور جسکی نسبت کافی شور و غوغا ہو چکا ہے + لیکن باوجود پرکشن اور آس کلٹیشن - نہایت ذہانت سے ایجاد کئے ہوئے آلات کے ذریعہ سے بھی الوپیتھی اب بھی اس قابل نہین ہی کہ بڑے بڑے اندرونی امراض مثلاً سل یا سرطان کو قبل اس کے کہ مرض نے پورے طور سے فروغ پالیا ہو اور معمولاً لا علاج ہو گیا ہو شناخت کر سکے - ایسے مریضون نے مجھسے اکثر مشورہ لیا ہی جنکے پھیپڑون مین عرصہ دراز سے بڑی خرابی آرہی تھی اور جنسے کہ اُن الوپیتھک اطبّا نے جن سے کہ اونھون نے مشورہ لیا تھا - کہدیا تھا کہ ہم کو آپکے پھیپڑون مین کوئی بات نہین معلوم ہوتی - وے اب بھی پورے تندرست ہین" +

دوسرے بیمارون کی حالتون مین ایسا ہوا ہی کہ عمل جرّاحی ضروری خیال کیا گیا ہی مگر طبیب نے یہ ہی کہا کہ رسولی یا نئی پیدائش ابھی عمل جرّاحی کے لئے پختہ نہین ہوئی ہی - نیز یہ کہ مریض کو چند ماہ انتظار کرنا چاہیئے جس کے بعد کہ غالباً عمل جرّاحی کیا جا سکے گا - اس درمیان مین یا کم از کم سردست کوئی چارۂ کار نہین ہی + بیشک ! ٹھیریئے اور پھر ٹھیریئے - حتّی کہ مرض اور (جسم کے) عروق کی خرابی اسقدر بڑھ جاوے کہ زیادہ تر حالتون مین صحیح صحیح امداد پہونچانا غیر ممکن

نوٹ ۱ لفظ انگریزی ہی - جسم کو اوپر سے ٹھونک کر اوسکی آواز سنکر اندرونی کسی عضو کی حالت کے دریافت کرنے کو پرکشن کہتے ہین - اکثر لوگون کو اتفاق اس بات کا ہوا ہو گا کہ اونھون نے ڈاکٹرون کو اونگلی سے کسی شخص کے سینہ یا کمر یا جگر کے اوپر ٹھونک کر آواز سُنتے ہوئے دیکھا ہو یہی مراد پرکشن سے ہے +

نوٹ ۲ سینہ سے کان لگا کر یا سینہ پر ایک نلکی لگا کر اور اُس نلکی پر کان لگا کر پھیپڑہ اور دل کے امراض کو دریافت کرنیکے ہنر کو آس کلٹیشن کہتے ہین - یہ عمل کرتے ہوئے ڈاکٹرونکو دیکھنے کا اکثر لوگون کو اتفاق ہوا ہو گا +

ہوجاوے + الوپیتھی اکثر اوقات مرض پر اوسکی ابتدا مین حملہ آور نہین ہوسکتی۔ کیونکہ اسکا طریقہ تشخیص بیماری کی شروع شروع کی حالتون کو مرض نہین خیال کرتا + یہ بعض امراض صرف اوس وقت جان سکتی ہی جبکہ وے جسم کے حصص کو زائل کر چکتے ہین + اور اعصابی بیماریون کی حالت مین اس علمی طبابت بادویات کا طریقۂ تشخیص بالکل ہی ناکافی ثابت ہوا ہے + صرف اونکی بہت ہی بڑھی ہوئی حالت مین ہی اونکو شناخت کرسکتی ہے۔ مثلاً دماغی مرض نیورس تھینیا۔ نیورل جیا وغیرہ مین + ان امراض کے شروعات مین اور ابتدائی حالتین۔ اطبا الوپیتھی کے لئے اب بھی مرض کی اصلیت سے اونکی ناواقفیت کی وجہ سے پردۂ راز مین پوشیدہ ہین + گو کہ وہ اعصابی خرابیون کے شناخت کرنے مین کامیاب بھی ہوجاوین تاہم اونکو آرام نہین کرسکتے۔ کیونکہ وے لوگ ابھی تک کسی مناسب دوا کی تلاش ہی کر رہے ہین +

مثلاً کچھ عرصہ ہوا کہ ایک افسر نے جس کے اعصاب مین زیادہ نقص آگیا تہا اپنے تئین میرے زیر علاج رکھا۔ باوجود اس حالت کے بھی اوس کو بغرض حصول رخصت درخواست بھیجنے کے لئے وجہ

نوٹ ۱؎ ایک قسم کی اعصابی کمزوری ہی جو کہ حرام مغز کے افعال مین نقص پیدا ہونے سے خیال کیا جاتا ہے کہ ہوتی ہے + ایسی رائے ڈاکٹر لوگون کی ہے۔ سبب اسکا کچھہ ہی ہو مگر ظاہر علامات یہ ہین کہ غذا جزو بدن نہین ہوتی مریض کو ایک خیال ہر وقت ہوتا ہی کہ مین اچھا ہونگا یا نہین۔ خیالات خودکشی موجود رہتی ہین وحشت طبیعت پر ہر وقت سوار رہتی ہے اندرونی تکلیف بھی ایک قسم کی ایسی ہوتی ہی جس کو مریض خود ہی جانتا ہے۔ اعصابی خرابی ہونے سے ہر جگہ جسم مین ایک قسم کی ایسی تکلیف ہوتی ہی کہ بیان سے باہر ہی۔ یہ تکلیف ہر وقت نہین رہتی بلکہ اوسکے دورے ہوتے ہین۔ بے چینی اور بے اطمینانی تو ہر وقت طبیعت پر رہتی ہی مرض کی زیادتی مین نیند بھی ضرور جاتی رہتی ہے قوت ارادہ کمزور ہوجاتی ہے ذرا سی باتون سے خوف لگتا ہے۔ ہاضمہ مین تو فرق بہت ہی آجاتا ہے۔ بہت لوگ اسکو ایک قسم کا وہم کہین گے + ۲؎ عصبی درد کو کہتے ہین +

ڈاکٹر سے سرٹیفکٹ حاصل کرنے مین بڑی دقت اوٹھانا پڑی - احتیاط کے ساتھ امتحان کرنیکے بعد ڈاکٹر نے اُس سے کہا کہ اُس کو ذرا بھی مرض کا نشان کہین نہین ملتا ہے - کہ اوس کے تمام عضا پورے تندرست ہین - اور پس وہ بھی رائے دیتا ہے کہ اُس افسر کا مرض خیالی ہے اور یہ کہ اوس افسر کی طبیعت کا رجحان مالیخولیا کی جانب میں کئے ہوئے ہے - لیکن کوئی شخص اس بڑی اعصابی کمزوری کو تو اس طور سے نہ معلوم کرسکا جیسا کہ خود مریض اوس کو معلوم کرتا تھا جس کو ڈاکٹر موصوف کے کہنے سے بھی اس بارہ مین دہوکا نہ آسکا +

ہومیوپیتھی[1] - ہومیوپیتھی کی عمارت بھی اوسی بنیاد پر قایم ہے جسپر کہ الوپیتھی - گو کہ یہ ہلکی کری ہوئی حالت مین ادویات کے زیادہ پُرتاثیر ہونے کو مانتی ہے + جیسے کہ پانی اپنی ہلکی صورت یعنی بھاپ مین کسی کل کے چلانے کی طاقت رکھتا ہے حالانکہ اپنی رقیق حالت مین (یعنی اصلی صورت مین) یہ بڑھی ہوئی قوّت اوس مین موجود نہین ہوتی ہے - ہومیوپیتھی نے یہ بات دریافت کری ہے کہ جملہ ادویات اپنی ہلکی بنائی ہوئی مقدار خوراک[2] مین (یعنی ہومیوپیتھی کے اصول کے موافق تھوڑی

نوٹ ۱ - مراد اُس طریقہ علاج سے ہے جسکا اصول یہ ہے کہ کوئی مرض اوسی دوا سے اچھا ہوجاتا ہے جس دوا کا استعمال کہ تندرست انسان پر اوسی مرض کی علامات پیدا کرے - ادویات بہت ہی خفیف مقدار مین دیجاتی ہین مثلاً ایک قطرہ دوا کو ہزارون قطرہ پانی مین ملاکر ہلکا کرتے ہین اور اس آخرالذکر کا ایک قطرہ استعمال کرتے ہین - یہ طریقہ علاج بھی رواج پکڑ گیا ہے اور اسکے ڈاکٹر بھی بڑے بڑے شہرون مین علاج کرنے لگے ہین - اس طریقہ علاج کا موجد بھی ملک جرمنی کا رہنے والا ایک حکیم ہانمان ہوا ہے جو ۱۷۵۵ء مین پیدا ہوا اور ۱۸۴۳ء مین وفات پائی +

نوٹ ۲ - مطلب ہے دوا کی خوراک سے نہ کہ غذا سے ۱۲

خوراک مین) بمقابلہ **الوپیتھک** کی بڑی بڑی خوراک کے بہت زیادہ پُر اثر اور کم مضرت رسان ہوتی ہین + پس ادویات کو زیادہ زیادہ ہلکا بنا کر استعمال مین لانے کے اپنے اصول کی وجہ سے **ہومیوپیتھی** ظاہر کرتی ہی کہ وہ **الوپیتھی** سے بہت آگے بڑھ گئی ہے + لیکن بہ لحاظ اپنے طریقہ تشخیص کے وہ **الوپیتھی** سے بدتر ہی - کیونکہ یہ مثل اوس کے سیکڑون امراض کو مانتی ہے اور ہر مرض کے لیئے ایک یا ایک سے زیادہ دوا ابتلاتی ہی - جنکے کہ صحیح صحیح اثر کا انحصار صحیح تشخیص پر ہوتا ہے، درحقیقت **ہومیوپیتھی** طریق علاج مین ادویات کو زیادہ زیادہ ہلکا بنانے کی ترکیبون کا طریقہ ایسا پیچیدہ ہوگیا ہی کہ جو لوگ اس علم کی ضرورتون کو پورا کرنا چاہیتے ہین اونکو ضرورت ہی کہ محنت اور تکلیف اوٹھا کر اس پیچیدہ طریقہ کا مطالعہ کرین +

برخلاف اسکے **مسمرزم** یعنی حیوانی قوت جاذبہ کا اصول اوربھی زیادہ سادہ ہی + مذکورہ بالا طریقہاے پر اسکو یہ بڑی فوقیت ہی کہ اسمین جملہ امراض کا ایک ہی علاج مانا گیا ہی - یعنی حیوانی قوت جاذبہ + اس بات مین یہ کوئی فرق نہین سمجھتی کہ مرض کا نام کیا ہے یا تشخیص سے کیا ظاہر ہوتا ہے ایک ہی علاج جو اسمین استعمال کیا جاتا ہی وہ حیوانی قوت جاذبہ ہی + لهذا ضرور مسمرزم طریقہ ہاے مذکورہ بالا سے سبقت لیگئی ہی + اسکا نقص اس سادہ بات مین ہی کہ **عمل مسمرزم** کرنے والے کی قوت جاذبہ ہر مریض پر اپنا اثر ڈالنے کی قابلیت نہین رکھتی پس ایسا وقوع مین آتا ہے کہ **مسمرزم کا عامل** - منجملہ سو مریضون کے دس مریضون کو ہی اپنی حیوانی قوت جاذبہ سے فائدہ پہونچا سکے اور بقیہ نوّے اوس کے عمل سے قریب قریب بالکل متاثر نہون + اُن صورتون مین جبکہ **معمول کا جسم عامل** کی حیوانی قوت جاذبہ کے جلد تابع ہو جاتا ہے تو اکثر عجیب کامیابی کی شفا یابیان عمل مین

فٹ نوٹ یعنی الوپیتھی و ہومیوپیتھی سے +

آتی ہین اور ضروری نتیجہ ہمیشہ یہ ہوتا ہی کہ مادّہ کو خارج کرنے کے عمل مین ترقی ہو جانے کی وجہ سے مریض کے جسم سے مادّہ ناقص نکل جاتا ہی +

یہ آخرالذکر طریقۂ علاج (یعنی مسمرِزم) بلحاظ اپنے طریقۂ تشخیص کے بھی بقیہ دیگر دو طریقہ ہای علاج (یعنی اوپیتھی و ہومیوپیتھی) سے یقینًا بہتر ہی - کیونکہ اسمین مرضون کے مختلف نام پر توجہ کم کرتے ہین - اسی وجہ سے مناسب علاجون کی اسمین تلاش کی ضرورت نہین پڑتی اور غلطیان بھی واقع نہین ہوتین +

قدیم نیچر کیور یعنے پرانے قدرتی طریقۂ علاج نے اپنی مشہور کامیابیون سے ثابت کردیا ہی کہ یہ طریقۂ علاج بمقابلہ جملہ دیگر طریقہ ہاے علاج کے بہت ہی کمال کو پہنچا ہوا ہے + علاوہ قدرتی طریقہ مین زندگی بسر کرنے کے علاج کی ایک ہی شی جو اسمین مانی گئی ہی وہ **پانی** ہے جسکا استعمال کہ اوسکی (پانی کی) مختلف شکلون مین ہوتا ہی - اسمین جملہ امراض کا علاج صرف اسی سے ہوتا ہی جس کو کہ ہم شفا کرنے کے جملہ وسائل کے مقابلہ مین سب سے زیادہ قدرتی کہہ سکتے ہین + تاہم باوجود اس درجۂ کمال پر پہونچنے کے (خصوصًا اوپیتھی کے مقابلہ مین) اسنے بلحاظ تشخیص کبھی آزادی حاصل نہین کری - اور بس اپنی زندگی دو عملی مین گذاری - کیونکہ اس ضرورت سے کہ اسمین کوئی زیادہ عمدہ اور زیادہ صحیح طریقہ مریضون کے امتحان کا نہین ہی اسکو ان بیحد غلط **سائینٹفک**[۱] طریقہ ہاے تشخیص سے جو کہ اسکے اصولون کے بالکل برخلاف ہین - بدرجہ مجبوری کام لینا پڑا - بس باوجود بڑی ترقی کے اس کا ایک قسم کا تعلق پورانے مدرسہ سے ابھی تک موجود ہے گویا کہ اسکا ایک پاؤن تو درحقیقت پرانی

نوٹ ۱ یہ لفظ انگریزی ہی - مراد ہی سائنس سے تعلق رکھنے والے طریقہ تشخیص سے + سائنس انگریزی مین اسے علم و ہنر کو کہتے ہین جو کہ باقاعدہ ترتیب دیا گیا ہو +

خیمہ گاہ مین ہی جس سے اندیشہ ہے کہ یہ رفتہ رفتہ وہین نہ چلا جاوے +

پس یہ طریقہ علاج خواہ کتنی ہی ترقی ظاہر کرتا ہو۔ اُسکو اپنے آپ ہی پر بھروسہ کرنیوالا اور پورا پورا ایک ہی قسم کی شی سے بنا ہوا نہین کہہ سکتے + جیسا کہ ابتک اسکا عمل ہوتا رہا ہے اسکی زندگی دو عملی مین ہی + گو کہ مختلف صورتون مین اسکا استعمال امراض کی وحدانیت کے علم پر دلالت کرتا ہے کیونکہ جملہ امراض کے (ایک دوسرے سے) قریبی تعلق پر ہی اوسکو بھروسہ ہے اور اوسی سے اسکے وجود کا قیام ممکن ہے (لیکن) اسکی شکل سے یہ (امراض کی) وحدنیت کا خیال ظاہر نہین ہوتا۔ پرانی تعلیم اور خراب و ناقص اصول سے ملے ہوے پرانے طریقہ تشخیص کو مضبوطی کے ساتھ پکڑے رہنے سے۔ اس طریقہ علاج کی بڑی ترقی بھی اسکو متواتر پرانی غلطیان کرنے سے باز نہ رکھ سکی ابھی تک یہ بیماریون کے بڑے بڑے لفظون والے علمی نامون کو مانتا ہے اور اسی لئے اپنے اکیلے سچے علاج کا استعمال مقامی طور پر یعنی غلط طور پر کرتا ہے +

اسی قدرتی علاج کے بہت سے اطبا کو اونکی اس غیر آزادی متعلق بمعاملہ تشخیص نے اونکے مریضون سے مشتبہ حالتون مین یہ بات کہنے کی ترغیب دی ہے کہ "آپ اول اپنا امتحان کسی پیشہ ور طبیب سے کرائین جو کہ اس بات کا تصفیہ کر دیوے کہ آپکی حالت کیا ہے اور مرض کا نام کیا ہے۔ اور تب ہم ٹھیک ٹھیک علاج شروع کرینگے" ایسے اطبا ہمیشہ بہت ہی خوش ہوتے تھے جبکہ اونکا مریض کسی باقاعدہ پیشہ ور طبیب سے اپنی بیماری معلوم کرلاتا تھا۔ کیونکہ ایسا کرانے سے اونکو دوبارہ امتحان کرنے کی ضرورت نہ رہتی تھی +

شکر ہے کہ اس میرے نئے طریق علاج کا اور سائنس آف فیشیل ایکسپریشن کا کہ آج کے

دن ہم بہت اچھی حالت مین ہین + ہم صرف **ایک مرض** کو مانتے ہین جو کہ درحقیقت مختلف شکلین اختیار کرسکتا ہی مگر اُن مختلف صورتون کی کیفیت یکسان ہی ہوتی ہی اور وہ ایک ہی مشترکہ سبب سے پیدا ہوتی ہین + اسکے مطابق ہم صرف پانی کو ہی (علاوہ اُن عالمگیر وسائل علاج کے یعنی دہوپ - روشنی - ہوا اور قدرتی غذا کے) آرام پہونچانے کی قابلیت رکھنے والے **فریکشن باتھسز** (**یعنی ھپ باتھ و سٹز باتھ**) کے ذریعہ سے جو کہ ہمارے طریق علاج کے خاص غسل ہین زیادہ تر سادہ طریقہ مین استعمال کرتے ہین اور حسب موقعہ **اسٹیم باتھ** یعنی بھاپ کے غسل مین بھی اوسکا استعمال کرتے ہین - اس عجیب و غریب سادہ طریقہ علاج مین میرا **سائنس آف فیشیل اکسپریشن** کامیابی کا خاص اقرار کرتا ہے + سب سے اول مجھے یہ بتلانے دیجئے کہ اسکا مقابلہ کسی طرح سے مدرسہ طبیہ کے طریقہ تشخیص سے نہین ہوسکتا - یہ ایک بالکل ہی نئی چیز ہی اور اسی حیثیت سے اسکی مناسب قدر ہوسکتی ہی + کوئی شخص جو کہ اس کو پورانے طریقہ تشخیص کے ساتھ درجہ بدرجہ مقابلہ کرکے سیکھنے کی کوشش کریگا وہ کبھی صحیح طور سے اس **سائنس آف فیشیل اکسپریشن** کو عملی طریق مین استعمال کرنا نہ سیکھ سکے گا +

جبکہ آجکل کے مروجہ طریقہ ہاے علاج عمومًا کوئی قطعی تدبیر اوسوقت تک نہین کرسکتے جب تک کہ مرض ظاہر نہ ہوجاوے کیونکہ وہ لوگ قبل اسکے کہ مریض بیماری کو محسوس کرے اوس کو نہ دیکھ سکتے ہین نہ تشخیص کرسکتے ہین - تو شکر یہ ہے **سائنس آف فیشیل اکسپریشن** کا کہ ہم لوگ ایسی خوش حالت مین ہین کہ بیماری کے بڑہنے کو (اوسکے مزمن اور پوشیدہ حالت مین ہی صرف نہین بلکہ ابتدا سے اوسکی روانی کی حالت مین بھی) بغیر غلطی کئے ہوئے معلوم کرسکین + اسمین کچھ نفع نہین ہوتا

کہ اوس وقت تک انتظار کیا جاوے جب تک کہ بیماری ایسے پورے طور سے بڑھ نہ جاوے کہ اوسکی تمیز بلاشبہ کی جاسکے۔ پس ہم اس بات پر مجبور نہین ہوتے ہین کہ بیماری کو درجۂ لاعلاج تک بڑھ جانے دین۔ اور تیقن کے ساتھ مرض کی حالت ہر وقت معلوم کرسکتے ہین یعنی اوس سے بھی بہت قبل جب کہ مریض خود اوسکو محسوس کرسکے۔ پس مرض کے آرام کرنے کے لیے ہم علاج کو کسی وقت مین شروع کرسکتے ہین تاکہ ذرا بھی وقت خراب نہ جانے پاوے +

علاوہ اسکے ہم کو اسکی بھی ضرورت نہین ہی کہ مریض سے اوسکی بیماری کا مقام اور علامات دریافت کرین بلکہ اونکو فوراً سچی علامات سے دریافت کرسکتے ہین + نہ اس غرض کے لئے ہم کو مقبولہ طریقہا ے علاج کے موافق قیمتی اوزارات کی ضرورت ہوتی ہی۔ ہماری آنکھین ہی اس مقصد کے لئے کافی ہوتی ہین + پس ہماری تشخیص کے آلات ہمیشہ پاس ہی ہین اور یہ بات ہم بلاتشخیص کے کہہ سکتے ہین کہ جیون ہی ہماری آنکھ کو اس نئے فن مین کافی مشق ہوجاتی ہی تو نہ تو وہ ہم کو کبھی دھوکے مین ڈالتے ہین اور نہ حالت شبہ مین ڈالتے ہین + فی الحال طریقۂ تشخیص مین یہ بات بڑی سہولت کی ہوگئی + پس یہ ایک ایسی ترقی ہے جو کہ بیش بہا اور قابلِ قدر ہی اور مستورات کے امراض شکم کی جانچ کے لئے تو خصوصاً گران بہا ہے + آخرالذکر (یعنی مستورات کے امراض شکم کی) حالت مین اب ہم جانتے ہین کہ جملہ قسم کے امتحانات مقامی فضول و بیکار ہین۔ اور ہم بغیر ایسے امتحانات مقامی کے ہی مرض کو اور شکم کی حالت کو بہت زیادہ یقین اور صحت کے ساتھ معلوم کرسکتے ہین بمقابلہ اوس کے جو کہ اون (امتحانات مقامی) کے ذریعہ سے معلوم کرسکتے + ہم کو اُن تکلیف دہ اوقات کے متعلق بحث کرنے کی ضرورت معلوم نہین دیتی جنسے کہ عورتین اور لڑکیان اس طریقہ تشخیص کے باعث بچا دیجاتی ہین +

شاید یہ اعتراض کیا جاوے کہ چونکہ ہم صرف **ایک مرض** مانتے ہین اور اسی لئے ہمیشہ ایک ہی طرح کا علاج بھی کرتے ہین تو ہر طرح کی تشخیص بالکل فضول ہے + یہ سچ ہے کہ جب کوئی مریض جو کہ یہ جانتا ہے کہ وہ بیمار ہے ہمارے پاس آتا ہی تو ہماری تشخیص کا مقصد صرف یہی ہوتا ہی کہ اوسکو اوسکے مرض کی جگہ بتلا دیوین + لیکن سائنس آف فیشیل اکسپرشن کی بڑی قیمت اس بات مین ہی کہ اوسکی امداد سے ہم (آیندہ ہونے والے) مرض کی طرف رجحان طبیعت کو بے خطا صحت کے ساتھ معلوم کر سکتے ہین۔ چنانچہ ہر شخص ایسی حالت مین ہی کہ خود اس بات سے واقفیت حاصل کر لیوے کہ اوسکے جسم مین مرض کا تخم موجود ہی یا نہین + صرف اسی بات سے یہ بات ممکن ہو جاتی ہی کہ کل امراض کو یقینی طور پر روک دیا جا سکے اور میرا طریق علاج اس علم کی کنجی ہے +

تندرست جسم مین کسی قسم کی تبدیلی واقع ہونے کو ہم فوراً بذریعہ **سائنس آف فیشیل اکسپرشن** دیکھ سکتے ہین اور بس یقینی صحت کے ساتھ کل جسم کی یا کسی حصۂ جسم کی حالت کو دریافت کر سکتے ہین کیونکہ اس قسم کی تمام تبدیلیون کی ابتدا ایک خاص حصۂ جسم مین یعنی پیٹرو مین ہوا کرتی ہے +

اپنی کتاب "دی نیو سائنس آف ہیلنگ"[1] کے اندر مین نے مشرح مسلہ **وحدانیت امراض** پر گفتگو کری ہے اور یہ دکھلایا ہی کہ ہر ایک مرض کیا تو حاد قسم کا یا مزمن (پوشیدہ) قسم کا بخار ہے نیز یہ کہ ان تمام بخار والی حالتون کے ساتھ جسم کی شکل مین تبدیلیان ہوتی ہین جو کہ بآسانی دیکھی جا سکتی ہین اور جنپر کہ میرا کل **سائنس آف فیشیل اکسپرشن** مبنی کیا گیا ہے +

نوٹ [1] اردو مین اس کا ترجمہ ہو گیا۔ نام "نیا علم شفا بخشی" ہے۔ مترجم رسالہ ہذا نے ہی اسکا ترجمہ کیا ہے۔ قیمت ۱۲ ہی۔ مترجم کو بمقام مُراد آباد تحریر کرنے سے ملسکتی ہے ۲ +

اب سنئے۔ قبل اس کے کہ مرض حاد (شدید) یا بخار والی بیماری نمودار ہو ضرور ہے کہ اوسکے قبل کسی مرض (پوشیدہ) حالت مین مرض موجود رہا ہوگا۔ بس یہ بات بالکل خلاف قیاس ہی کہ کوئی پورا پورا تندرست شخص دفعتًا امراض چیچک۔ سیتلا۔ ہیضہ۔ ٹائی فس بخار وغیرہ مین مبتلا ہو جائے وہ صرف جب ہی مبتلا ہو سکتا ہی جب کہ اوسکا جسم (اس طرف) مائل ہے یا (ہماری اصطلاح مین) اوسکا جسم مادّہ فاسدہ سے خوب بھرا ہوا ہے +

اور یہ رجحان طبیعت جسکی کہ نسبت گو پہلے قیاس کر لیا جاتا تھا مگر کسی طریق مین بھی دریافت نہین ہو سکتا تھا آج کے دن یقین کے ساتھ ہر حالت مین بذریعہ **سائنس آف فیشیل اکسپریشن** معلوم کر لیا جا سکتا ہے +

چونکہ یہ خاص علامات یعنی مرض کی جانب رجحان طبیعت سے جو تغیرّات جسم مین پیدا ہو جاتے ہین اور جنسے کہ **سائنس آف فیشیل اکسپریشن** کو پورے طور سے کام پڑتا ہے۔ **تقریری** طور سے نہین بلکہ محض **عملی طور** سے ہی ثابت کیجا سکتی ہین دکھلائی جا سکتی ہین۔ مین نے **سائنس آف فیشیل اکسپریشن** مین تعلیم دینے کے لئے لیکچرون کا انتظام کیا ہے جو کہ تھوڑے تھوڑے عرصہ کے بعد بار بار دئے جاتے ہین + ان لیکچرون مین جو کہ تعلیم کی روزافزون احتیاج کے باعث ضروری معلوم پڑے مین یہ باتین تبلاتا ہون کہ ! ۔

(۱) مرض کیسے پیدا ہوتا ہے (۲) جسم کی شکل بیماری کیسے بدل دیتی ہے (۳) یہ تغیرات کیسے دیکھے اور شناخت کئے جا سکتے ہین (۴) شکل مین ان تغیرات کی وجہ سے بیماری ظاہر ہونے کے بھی برسون قبل کس طرح سے محض امراض حاد کو ہی نہین بلکہ مرض مزمن کیجانب رجحان طبیعت کو بھی بہ تیقّن کامل معلوم کر سکتے ہین +

ضمیمہ

اسٹیم باتھ یعنی بھاپ سے طریقہ خاص مین غسل لینا یعنی پسینہ لینا

جلد کو اوس کے فعل مین تحریک کرنے کے لئے جو کہ پوری تندرستی کے لئے لازمی ہے اور جو تندرست اشخاص کی حالت مین بغیر کسی امداد کے ٹھیک طریقہ مین ہوتا رہتا ہے۔ اسٹیم باتھ ہی بہت پسندیدہ ذریعہ ہے۔

(تصویر۔ الف)

پس ایک عرصہ دراز سے مصنف ایک ایسے سادہ اور کارآمد آلہ کی تلاش مین تھا جو کہ زیادہ بیمار شخصون کی حالت مین بھی ہر گھر مین استعمال کیا جا سکے + اسنے اوسے ایسی ترغیب دی کہ اوسنے اپنا علیحدہ علیحدہ ٹکڑون والا بھاپ دینے کا آلہ طیار کیا + جب اوٹھا کر رکھدیا جاوے تو وہ بمشکل اوسیقدر جگہ گھیرتا ہے جسقدر کہ معمولی کرسی۔ اور اوسکے استعمال کے لئے کسی ہنر کی ضرورت نہین ہے +

اس آلہ کے استعمال کے لئے ایک بڑا کمبل - چند دیگچیان اور ایک چھوٹا[1] ٹب (ہپ باتھ کا ٹب) یا نہانے کا ٹب درکار ہوتے ہین - اور کوئی شخص کیا تو اپنے پورے جسم کو سینہ دیسکتا ہے یا اوسکے کسی علیحدہ حصّہ کو - یہ ایک بڑا نفع ہے +

آلہ کو اُس طریق مین رکھنے کے بعد جیسا کہ تصویر الف مین دکھلایا گیا ہے - معمولی چولھے پر برتنون مین پانی پکاؤ[2] - سہولیت کے لئے برتنون کو پورا پورا نہ بھرو +

جیون ہی کہ پانی پکنے لگے مریض کو بالکل برہنہ کرکے اس آلہ پر لٹا دو - سب سے بہتر یہ ہے کہ اوّلاً کمر کے بل لٹاؤ - اور اوس کو ایک اونی کمبل سے ڈھک دو - جو دونون جانب اسقدر نیچا لٹکتا رہے کہ بھاپ باہر نکل نہ جاوے + کم ازکم ابتدا مین یہ اچھا ہوتا ہے کہ سر کو بھی کمبل سے ڈھانک دوین + دوسرا شخص کمبل کو ایک طرف سے ذرا اوٹھاکر بنیچ کے نیچے پکتے ہوئے پانی کی دیگچیان رکھے + برتنون کے ڈھکنون کے کم وبیش اوگھاڑنے سے جس سے کم وبیش بھاپ نکل سکے گی - گرمی مین حسب خواہش کمی بیشی کیجا سکتی ہے + بڑے آدمی کے لئے دو یا تین دیگچیان رکھنی چاہئین - بچون کے لئے ایک کافی ہے - ایک زائد دیگچی پانی کی چولھے پر احتیاطاً پکتی رہے + اول دیگچی - (اور بچون کے لئے صرف ایک ہی ہوگی) اگلے خانہ بنیچ مین مریض کی کمر کے نیچے کے حصّہ کے تلے رکھنا چاہیئے - دوسری دیگچی پیرون کے نیچے اور تیسری اگر ضرورت ہو تو اول سے ذرا اوپر کو پیٹھ کے نیچے رکھی جاوے +

نوٹ [1] یعنی اوسط درجہ کا معمولی ٹب جسمین کہ اس طریق کا غسل لیا جاوے +

نوٹ [2] پانی کا برتن کسی ڈھکنے سے ڈھکا رہنا چاہیئے تاکہ بھاپ نہ نکلے +

جب کہ بھاپ کا زور کم ہونے لگے (قریب دس منٹ کے بعد) تو زائد دیگچی کو چولہے سے اوٹھا کر پہلی دیگچی کی جگہ رکھین - اور پہلی کو اوٹھا کر پھر آگ پر رکھین پیرون کے نیچے والی دیگچی کے تبدیل کرنے کی ضرورت معمولاً نہین ہوا کرتی +

دس پندرہ منٹ کے اندر مریض کو لوٹ جانا چاہیئے تاکہ گرمی بڑہو اور پسینہ کو زیادہ اچھی طرح سے لگے اگر اسوقت تک پسینہ نہین آیا ہی تو اب بہت اچھی طرح سے آئیگا اور سر اور پاؤن کو ایک ساتھ پسینہ آنا شروع ہوگا - بچون کی حالت مین اکثر اوقات دیگچی تبدیل کرنے کی ضرورت نہین + جن لوگون کو پسینہ جلد نہین آتا ہی اونکو سر ڈھکے رہنا چاہیئے - جو کہ اونکو ناگوار معلوم ہوگا +

چوتھائی گھنٹہ یا نصف گھنٹہ تک حسب خواہش پسینہ جاری رکھا جاوے - اور حسب خواہش دیگچیان تبدیل کیجاوین یا نہ کیجاوین + جسم کے وہ حصّے جو خاصکر خمیری مادّہ سے (یعنی فارن میٹر سے) بھرے ہوئے رہتے ہین مشکل سے پسیجتے ہین - اور مریض کو تو ایسی جگہ مین زیادہ گرمی لینے کی خواہش پیدا ہوگی + مریض کی ایسی خواہش ہمیشہ پوری کرنی چاہیئے - کیونکہ یہی طریقہ ہے جس سے کہ کامیابی کے ساتھ ان بھاپ کے غسلون سے امراض اچھے ہوتے ہین +

بھاپ کا غسل ختم ہونے کے بعد جسم کو بہت جلدی سے اور آہستہ سے ٹھنڈے پانی سے دھو ڈالنا چاہیئے + اس طریق سے جسم دھونے کے بعد فوراً ہی ایک ہپ باتھ لینا چاہیئے (ہپ باتھ کا مفصل طریقہ تھوڑی دور آگے چل کر آپکو ملیگا) جسکے بعد کھلے ہوئے میدان مین چہل قدمی کیجاوے جسقدر کہ جسم زیادہ گرم ہوتا ہے اوسی قدر سردی بھی کم معلوم ہوتی ہی + اس طریقہ سے پسینہ آنے پر جسم مین کوئی اندرونی حرکت پیدا نہین ہوتی - بلکہ جسم کی صرف جلد ہی بخوبی گرم ہوجاتی ہے - پس اس ہپ باتھ کے

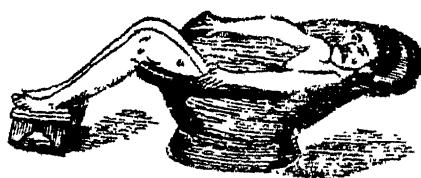
لیتے ہیں کو بھی خوف نہیں ہونا چاہیئے + فولاد کو جب پکا کر سرخ انگارے کی مانند کرتے ہیں تو اوسکو ضرورت کے موافق مضبوطی دینے کے لیے ضرور ٹھنڈے پانی میں غوطے دیتے ہیں تاکہ وہ ملایم اور پکا آہن ہو جائے - انسان کے جسم کی بھی ایسی ہی کیفیت ہے + چھوٹے بچوں کو اور ان لوگوں کو جو کہ زیادہ بیمار ہیں بھاپ کے غسل نہیں لینے چاہئیں کیونکہ اونکی حالت میں اس قسم کے غسل سے مادہ فاسد کے ایسے بڑے ٹکڑوں کو حرکت ہو جاتی ہے کہ جنکو جلد جسم سے باہر نکالنے کے لیے جسم کی طبعی قوت اکتفا نہیں کرتی ایسے مریضوں کو اس غسل کے بدلے پیڑو پر ایک قسم کی گدی کا استعمال کرنا چاہیئے + ایسی گدی اس طرح بناتے ہیں یعنی ایک تولیا کو سرد پانی میں غوطہ دیکر خوب نچوڑ لیا جاوے پھر اوس کو دوہرہ کریں اور سب پیڑو پر اسکو رکھدیں - اور احتیاط اور مضبوطی کے ساتھ اوسکو اون کی پٹی یا اونی کپڑے سے ڈھک دیں + اسکے بعد مریض کو بستر پر لٹائیں اور جہانتک ہوسکے خوب گرم کپڑوں سے ڈھکدیں تاکہ اوسکو پسینہ آئے +

یہ بھی ذکر کرنا مناسب معلوم ہوتا ہے کہ پانی کے دو سو بارہ (۲۱۲) درجہ فہرن ہائٹ درجہ تک گرم ہونے پر بھاپ پیدا ہو جاتی ہے - بھاپ جو دیگچیوں میں پیدا ہوتی ہے وہ بالکل ویسی ہی ہے جیسی کہ انجن میں + خیال صرف بھاپ کی مقدار کا ہے - اور ایک مرتبہ تجربہ کرنے سے ہر شخص کو یقین ہو جائے گا کہ دیگچیاں اس کام کے لیئے پورے طور سے کافی ہونگی + لیکن مصنف نے **بھاپ کا برتن** بھی بنایا ہے جو کہ شراب کے لمپ سے گرم کیا جاتا ہے جس سے کہ بھاپ کے پیدا کرنے میں زیادہ آسانی ہوتی ہے -

جہاں کہ بھاپ لینے کا میرا آلہ بھی نہو اور نہ کوئی بید کی بنی ہوئی بنچ ہو - جو کہ ضرورت میں آلہ کی بجائے استعمال کیجا سکے - تو ایک بید کی بنی ہوئی کرسی سے اوس کے عوض میں کام لیا جا سکتا ہے + مریض اوس پر بیٹھکر اپنے کو کمبل سے بالکل ڈھک لیوے + کرسی کے نیچے حسب طریق مذکورہ بالا

پکتے ہوئے پانی کی ایک دیگچی رکھدیجاے اور مریض کے پاؤن بھی دوسری دیگچی کے اوپر رکھّے جاوین جو کہ نصف دُور تک پکتے ہوے پانی سے بھری ہو - اور جس کے اوپر دو لکڑیان اس نشان + کی شکل مین باندہ کر رکھدی گئی ہون + لیکن بہت ہی کمزور شخصون کے لئے اس طریق مین بھاپ کا غسل لینا بڑا تکلیف دہ ہوگا -

ھپ باتھ

ہپ باتھ لینے کا ٹب جسکی صورت تصویر ب ذیل مین دکھلائی گئی ہے پانی سے اس قدر

(تصویر ب)

بھر دیا جاتا ہے کہ پانی ناف تک اور جانگھون تک پہونچے + پانی ۸۴ سے ۷۷ درجہ فہرن ہائٹ تھرمامیٹر کی حرارت کا لیا جاتا ہے + بھاپ کے غسل کے بعد جب یہ ہپ باتھ کا غسل لیا جاوے تو اوسکے لئے پانی ۶۴ درجہ فہرن ہائٹ کا یا اُس سے بھی سرد لیا جا سکتا ہے کیونکہ ایسا کرنے مین جسم کی جلد گرمی جلد حاصل کر لیتی ہے + یہ بہت ضروری ہے کہ ٹانگین - پاؤن اور جسم کے اوپر کا حصّہ بقیہ جسم کے ساتھ ٹھنڈے نہ کئے جاوین کیونکہ اُن مین معمولاً خون کم ہوتا ہے پس اونکو

ایک اونی کمبل سے ڈہانک لیا جاوے + بعد لینے ہپ باتھ کے جسم کو پھر فوراً گرمی پہونچانی چاہیئے جو کہ کھلے ہوئے میدان مین محنت کرنے سے بہت جلد حاصل ہو سکتی ہے (یا بہت ہی سخت قسم کے مریضون کی حالت مین اونکو احتیاط سے بستر مین ڈہک دینے سے یہ بات حاصل ہو جاتی ہی) جبکہ گرمی بہت آہستہ آوے تو ایک اون کی پٹی جسم کے گرد لپیٹ دینی چاہیئے +

اِس غسل کے لینے کے بعد کوئی چیز اوسوقت تک کھانی نہین چاہیئے جب تک کہ جسم مین پھر معمولی صحیح درجہ کی گرمی نہ آجائے +

اس قسم کے ہپ باتھ[1] نامی غسل روزانہ ایک سے تین تک لئے جا سکتے ہین + بہت سی حالتون مین یہ مناسب ہوتا ہی کہ ہپ باتھ کے بدلے سٹز باتھ[2] نامی غسل لیوین + اونکے ذریعہ سے اکثر زیادہ جلد اور زیادہ عمدہ نتائج بمقابلہ ہپ باتھ کے حاصل ہوتے ہین - انتڑیون اور گردون کو اپنا اپنا کام بڑی تیزی کے ساتھ کرنیکی اونسے تحریک ہوتی ہے - ایسا نہین ہوتا کہ ضرورت سے زیادہ تحریک ہو جاے + اوسکے ساتھ جسم کے اندرونی حصّون مین جو کہ بخار کی قسم کی گرمی سے بُھنتے رہتے ہین ایک قسم کا

نوٹ [1] مفصل ترکیب اس ہپ باتھ کی معہ ضروری ہدایتون کے کتاب "نیا علم شفابخشی" مین غسلون کے باب مین ملے گی

نوٹ [2] سٹز باتھ کے غسل کی بھی مفصل ترکیب اور بقیہ اور غسلون کی مفصل اور مشرح کیفیت کتاب نیا علم شفابخشی مین غسلون کے باب مین ملے گی -

ٹھنڈک پہونچانے والا اثر براہ راست پہونچتا ہے - تاہم اس غسل مین مریض کو جاڑہ معلوم نہین ہوتا ہے کیونکہ جسم کا ایک بہت تھوڑا ہی حصہ سرد کیا جاتا ہی - بلکہ ایک قسم کی خوشگوار گرمائی معلوم ہوتی ہے + مفصل بیان فریکشن سٹز باتھ کا میری دستی کتاب "دی نیو سائنس آف ہیلنگ" مین موجود ہے (اس کتاب کا اردو مین نام نیا علم شفابخشی ہے اور قیمت تین روپیہ ہی)

نوٹ - مراد ہی فریکشن سٹز باتھ نامی غسل سے جسکا ذکر اس چھوٹے سے رسالہ مین نہین کیا گیا ہی - یہ ایک عجیب و غریب قسم کا غسل ہے جسکی کہ مصنف نے ہی خاص ایجاد کی ہے مترجم نے محض اس ایک ہی قسم کے غسل سے کچھ عرصہ استعمال کرانے سے دمہ - بخار - کھانسی و دیگر امراض کو آرام کیا ہی + گو کہ بسا اوقات دونون قسم کے سرد غسل لینے زیادہ موثر ہوا کرتے ہین مگر اس بات کا تجربہ کرنے کے لئے کہ آیا محض سٹز باتھ سے ہی مرض کو آرام ہونا ممکن ہے یا نہین - ایک ہی قسم کے غسل دئے گئے +

ناظرین! مفصل بیان اس سٹز باتھ کا وہٹ باتھ کا کتاب نیا علم شفابخشی بزبان اردو و ترجمہ مترجم رسالہ ہذا مین ملاحظہ کر سکتے ہین - اُس کتاب مین سن باتھ یعنے طریقہ خاص مین دہوپ لینے کا بھی بیان بتفصیل کیا گیا ہے - اسکا استعمال پرانے مریضون کی حالت مین جن کو اسٹیم باتھ نہین دیا جا سکتا بہت ہی نافع ثابت ہوتا ہے + چونکہ یہ رسالہ درحقیقت پورے طور سے علاج کرنے کا کام نہین دے سکتا بلکہ صرف اُس اصول کو بہت ہی اختصار کے ساتھ بیان کرتا ہے جو کہ کتاب نیا علم شفابخشی و سائنس آف فیشل اکسپریشن مین پوری تشریح کے ساتھ بیان کیا گیا ہی - ناظرین اگر اس علم کے کمالات سے واقفیت و ذاتی تجربہ حاصل کرنا چاہتے ہین تو ہر دو کتب مذکورہ کو بغور ملاحظہ فرماوین +

نتیجہ

وہ شخص جسکو کہ تندرستی کی بیش بہا دولت از سرِ نو ملگئی ہے اور جسکو اوس طریقہ جانچ سے جسکا بیان کہ اس چھوٹے سے رسالہ کے شروع مین کیا گیا ہے صحت کاملہ حاصل ہو جانے کی خوشخبری پہونچ چکی ہے اور روزمرّہ پہونچتی رہتی ہے وہی شخص اس بات کو جانیگا کہ اس نعمتِ غیر مترقبہ (یعنی تندرستی) کی قدر کس طرح کرنی چاہیئے +

جسمانی اور دماغی قوت - کام کرنے مین اُس درجہ حصول لذت جس سے کہ تکان سیری نہ ہو - زور و قوت (یہ باتین زندگی بھر اوسکے پاس رہینگی) ایسی زندگی مین جو کہ خوشی و حظ سے معمور ہوئے گی +

کتاب موسومہ نیا علم شفا بخشی بزبان اُردو

(۱)

امراض کی وحدانیت کا مسئلہ جسکی کہ بنا پر بغیر ادویات و بغیر اعمال جراحی برابر شفا پا بیان عمل مین آتی ہین

انگریزی کتاب "دی نیو سائنس آف ہیلنگ" مصنفہ جرمن عالم مسٹر لوئی کوہنی صاحب کا ترجمہ اُردو۔ تندرست اور بیمار کا معلم اور رہبر جسمین کہ زائد از ۲۰۰ صفحہ عمدہ کاغذ کے ہین اور بہت سی تصاویر مضمون سمجھانے کے لئے دی گئی ہین انگریزی کتاب سے ترجمہ کی گئی ہے + ذیل کی فہرست مضامین کتاب مذکورہ سے کتاب کی خوبی کا اندازہ ہو سکتا ہے۔

فہرست مضامین

آصلی چھپیات شکریہ - رپورٹ ہای شفایابی جوکہ اس قدرتی طریق علاج کئے ذریعہ سے بغیر ادویات اور بغیر اعمال جراحی ہر مرض مین حاصل ہوئی ہین +

کتاب مذکورہ بزبان انگریزی بقیمت سات شلنگ یعنی ۵ روپیہ علاوہ محصولڈاک کے مقامات ذیل سے بہ پتہ ذیل ہندوستان مین ملسکتی ہے -

(۱) راد ہا بائی آتما رام ساگون - کالکا دیبی روڈ بمبئی -
(۲) جی - ایم منشی اینڈ سن - بمبئی -
(۳) آر - ڈیلی - چیتری - اینڈ کو آگرہ -
(۴) مترسین اینڈ کو - شملہ سہارنپور -
(۵) محمد امیر مرزا دہلی - (۶) بی - پی - کپورا الہ آباد -

کتاب مذکورہ بزبان اردو مترجمہ سرو تریہ کرشن سروپ وکیل مراد آباد کو تحریر کرنے سے بقیمت تین روپیہ علاوہ محصولڈاک ملسکتی ہے اسکا ترجمہ ہندی بھی عنقریب ختم ہوکر شائع ہونیوالا ہے جن صاحب کو ہندی کتاب کی خواہش ہو وہ مترجم کو تحریر کرین وقت طیاری روانہ خدمت کی جاسے گی -

یہ کتب مینیجر شرما پریس سول لائین مراد آباد کو بھی تحریر کرنے سے ملسکتی ہین -

لیڈیز اور جنٹلمین کو ہمیشہ سائنس آف فیشیل اکسپریشن مین تعلیم دیجاتی ہے

والدین کے لئے - استادون کے لئے اور جملہ اُن اصحاب کے لئے جو کہ تعلیم مین دلچسپی رکھتے ہین یہ خاص ضرورت کی چیز ہے اس تعلیم کا مقصد ذیل کی باتین سکھلانیکا ہے -

(۱) مرض کیسے پیدا ہوتا ہے
(۲) مرض جسم کی شکل کیسے تبدیل کردیتا ہے -
(۳) شکل کی یہ تبدیلیان کس طور سے دیکھی جاسکتی ہین اور شناخت کیجا سکتی ہین -
(۴) شکل کی ان تبدیلیون سے کس طور سے ہم صرف امراض حاد کو ہی نہین بلکہ مرض مزمن کی جانب رجحان طبیعت کو مرض کے پھوٹ نکلنے کے برسون قبل جان سکتے ہین (مضامین مذکورہ پر لکچرون مین شریک ہونے کے لیئے - فلاپلیٹز نمبر ۲۴ شہر لیزگ واقع ملک جرمن سے جہان کہ یہ لکچر دیئے جاتے ہین اجازتی کارڈ ملسکتے ہین)

اگر کوئی صاحب لوئی کوہنی صاحب سے کسی مرض یا مریض کے بارہ مین مشورہ لینا چاہین تو مسٹر

LOUIS KUHNE نمبر ۲۴ FLOSSPLATZ
شہر LEIPZIG واقع ملک GERMANY

کو بزبان انگریزی مفصل حالات تحریر کریکے بذریعہ خط مشورہ حاصل کرسکتے ہین صاحب موصوف کی فیس مشورہ ۱۲ شلنگ یعنی ۹ روپیہ ہے جو اونکے پاس بذریعہ منی آرڈر بھیجی جاسکتی ہے + خط ۲۰ کے ٹکٹ سے اونکے پاس پہونچتا ہے -

کتاب سائنس آف فیشیل اکسپریشن " بزبان اردو زیر طبع ہے اوس کے لئے خریدارون کو مترجم رسالہ ہذا کو یا شرما پریس مراد آباد سے بھی دستیاب ہو سکے گی قیمت اوسکی للعہ ہے - محصولڈاک علاوہ اسکے ہے +

اعلان

واضح ہو کہ شرما پریس واقع سول اسٹیشن مرادآباد سنہ ۱۹۱۰ء میں کھولا گیا۔
اس مطبع کا مالک اس امر کا وعدہ کرتا ہے کہ جو صاحب کسی قسم کا کام
پریس ہذا کو دینگے وہ نہایت عمدگی و صفائی سے اندر وقت معینہ
تیار کر دیا جاویگا۔ اس مطبع میں ہر قسم کا کام اردو چھپائی کا ہوتا ہے ا
بہت عمدہ خوشنویسوں کے ساتھ لکھائی کا انتظام کیا گیا ہے۔ چھپائی کتب
مختلف قسم کے کاغذات کی چھپائی کا کام اس مطبع میں بکفایت ہوسکتا
ہر معاملہ بذریعہ خط و کتابت خود پروپرائٹر سے طے ہوسکتا ہے۔

خاکسار

رام گوپال شرما

مالک شرما پریس مرادآباد

مارچ سنہ ۱۹۱۰ء